VILLE DE MIRABEL – SERVICE DES LOISIRS, DE LA CULTURE ET DE LA VIE COMMUNAUTAIRE

# Programmation loisirs

# AUTOMNE 2014

**OÙ ET QUAND S'INSCRIRE?**

**3 modes d'inscription possibles!**

**Du 26 au 29 août 2014**

**Pour plus de renseignements, référez-vous à la page 2.**

VILLE DE MIRABEL

www.ville.mirabel.qc.ca

Table des matières à la page 43 de cette brochure

## VOICI LES DIFFÉRENTES FAÇONS DE PROCÉDER POUR LES INSCRIPTIONS

# INSCRIPTION PAR INTERNET

**Au : www.ville.mirabel.qc.ca, du mardi 26 août, 9 h 30, au vendredi 29 août, midi.**

### ÉTAPE 1

S'assurer d'avoir en main son **code d'utilisateur et son mot de passe**. Si vous n'avez pas de « **dossier famille** », vous devrez téléphoner au Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, au 450 475-8656, afin de le créer avec nous.

### ÉTAPE 2 – INSCRIPTION

Visitez le site de la Ville de Mirabel, au **www.ville.mirabel.qc.ca**, et cliquez sur l'onglet « **Inscriptions aux activités du Service des loisirs** ».
Cliquez sur « **Connexion** » et entrez **votre code d'utilisateur et votre mot de passe**.
Cliquez sur « **Inscrivez-vous** » dans le menu de gauche.
Ensuite, cliquez sur « **Ajouter** » dans la case du membre de la famille que vous voulez inscrire à une activité.
Sélectionnez l'activité dans le menu déroulant.
Cliquez sur « **Confirmer** » dans le bas de la page.
Lorsque vous avez terminé l'inscription de ce membre, cliquez sur « **Retourner à inscrivez-vous** », dans le bas de la page.
Poursuivez de la même façon pour chacun des membres de la famille que vous voulez inscrire à des activités.

### ÉTAPE 3 – PAIEMENT

Sur la page « **Inscrivez-vous** », cliquez sur « **Confirmez et poursuivez votre inscription** ».
Cliquez sur « **Confirmer** ».
Procédez au paiement par carte de crédit (Visa ou MasterCard).

# INSCRIPTION PAR TÉLÉPHONE

**Au 450 475-8656, du mardi 26 août, 9 h 30, au vendredi 29 août, midi. Exceptionnellement, le mardi 26 août, l'inscription se poursuivra jusqu'à 20 h. INSCRIPTION FERMÉE DE 12 h À 13 h.**

### ÉTAPE 1

Avoir en main les **codes d'activités** des cours choisis (ex.: ESPD3-00).
Avoir en main votre **carte de crédit** (Visa ou MasterCard).

### ÉTAPE 2

Composez le 450 475-8656.
Le personnel du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire prendra les appels et, lors de l'inscription, le paiement devra obligatoirement se faire par carte de crédit (Visa ou MasterCard).

# INSCRIPTION EN PERSONNE

**Rendez-vous au bureau du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, au 8515, rue Saint-Jacques, à Mirabel (secteur de Saint-Augustin), du mardi 26 août, 9 h 30, au vendredi 29 août, midi. Exceptionnellement, le mardi 26 août, l'inscription se poursuivra jusqu'à 20 h. INSCRIPTION FERMÉE DE 12 h À 13 h.**

Avoir en main les **codes d'activités** des cours choisis (ex.: ESPD3-00), ainsi qu'une preuve de résidence.
Le paiement peut se faire en argent comptant, par chèque, par carte de débit ou par carte de crédit (Visa ou MasterCard).

# AUTRES PÉRIODES D'INSCRIPTION

## INSCRIPTION SPORTS DE GLACE 2014-2015

### PATINAGE ARTISTIQUE
www.cpaunibel.com

Selon les places disponibles.

### HOCKEY
www.hockeymirabel.com

Selon les places disponibles.

### PATINAGE DE VITESSE
www.cpvmirabel.com

Jusqu'au 5 septembre, et par la suite, selon les places disponibles.

## INSCRIPTION PAR TÉLÉPHONE

En composant le 450 475-8656, du lundi au jeudi de 9 h à 12 h, et de 13 h à 16 h 30, ainsi que le vendredi, de 9 h à 12 h. Paiement par carte de crédit seulement (Visa ou Mastercard).

## INSCRIPTION EN PERSONNE

Au Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, situé au 8515, rue Saint-Jacques, secteur de Saint-Augustin, du lundi au jeudi, de 9 h à 12 h, et de 13 h à 16 h 30, ainsi que le vendredi, de 9 h à 12 h. Paiement en argent comptant, par chèque, par carte de débit ou par carte de crédit (Visa ou Mastercard).

**Renseignements, au 450 475-8656.**

### HOCKEY FÉMININ

Présidente : Nathalie Soucy
Téléphone : 450 971-4927
Courriel : nathalie.soucy@bell.net
**www.ahflaurentides.com**

### RINGUETTE

Président : Jean-Pierre Dubé
Téléphone : 514 885-3254
Courriel : jaypeto@hotmail.com
**www.ringuetteblainville.net**

# RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

**Admissibilité**

Les résidents de Mirabel peuvent s'inscrire à toutes les activités décrites dans cette brochure, sans discrimination de secteur. **Les non-résidents seront acceptés en fonction des places disponibles à partir du 2 septembre, et devront payer les frais additionnels prévus selon l'activité choisie après la période officielle d'inscription.**

Certaines restrictions s'appliquent.

**Remboursement**

En cas d'annulation d'une activité par les organismes responsables, les personnes déjà inscrites seront remboursées en totalité. Par contre, conformément à la politique de la Ville de Mirabel, toute personne annulant sa participation à une activité ne sera remboursée sous aucune considération, sauf sur présentation d'un rapport médical ou en cas de déménagement.

Des frais de 5$ devront également être retenus pour toute inscription faite par Internet.

**Mode de fonctionnement**

Lorsque le nombre maximum de participants est atteint, nous dressons une liste d'attente et, si le nombre le justifie et que les locaux ou les plateaux sont disponibles, nous ajoutons des groupes.

Le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire et les comités organisateurs peuvent en tout temps modifier une activité sans préavis.

**Tarification familiale**

La politique de tarification familiale de la Ville de Mirabel s'adresse aux familles de deux enfants et plus. Pour les familles de plus de deux enfants, des rabais de 40 %, 60 % et 100 % pourront être appliqués sur les coûts d'inscription de la Ville de Mirabel pour chaque bloc d'activités. Les rabais sont établis à partir du coût total d'inscription par participant, du plus bas au plus élevé. Cette politique ne s'adresse pas aux non-résidents.

Les groupes suivants bénéficient de la politique de tarification familiale :
- Hockey, patin artistique et patinage de vitesse (hiver)
- Soccer et baseball (été)
- Ateliers culturels et sportifs

La Ville reconnaît l'âge de 17 ans et moins, dans sa tarification aux jeunes. Cependant, ces tarifs, de même que le rabais familial, ne s'appliquent pas à certaines activités de cette présente brochure. Dans tel cas, une mention est indiquée. Certaines restrictions s'appliquent.

**Retardataires pour les ateliers**

Un supplément de 10$ par activité ou par famille sera exigé pour toute inscription faite à partir du 4 septembre.

Aucune inscription après le 12 septembre.

**Politique du prix affiché**

Les prix offerts dans notre programmation incluent les taxes applicables pour les personnes âgées de 15 ans et plus.

**Inscription par Internet ou par téléphone**

Pour les inscriptions par Internet ou par téléphone, le paiement doit se faire obligatoirement par carte de crédit (Visa ou MasterCard).

**Paiement**

Paiement par chèque au nom de la « Ville de Mirabel », en argent comptant, par carte de débit ou par carte de crédit (Visa ou MasterCard).

Les chèques doivent être postdatés au plus tard le 19 septembre 2014 pour toutes les activités de la présente programmation.

**Preuve de domicile**

Une preuve documentaire de l'établissement du domicile du participant est exigée pour pouvoir bénéficier du tarif des résidents de Mirabel. Pour les enfants, nous acceptons une preuve de domicile du père ou de la mère. Cette preuve doit être présentée lors de l'inscription en personne.

**Activités aquatiques**

La Ville de Mirabel offre à ses citoyens qui s'inscrivent à des activités aquatiques dans une ville voisine, un remboursement maximum de 40 $ par cours (**à moins que le coût d'inscription soit moindre**). Veuillez noter que les cours doivent être commencés avant d'autoriser le remboursement.

Fournir une preuve d'inscription (facture) lors de la demande de remboursement, avec les renseignements suivants : le nom de la personne avec son adresse (à qui le remboursement sera fait), le nom de la personne qui a suivi le cours, ainsi que la date du début des cours.

Faire parvenir la demande par télécopieur au 450 475-7862, par courriel à f.belanger@ville.mirabel.qc.ca, par la poste, ou en personne au Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, au 8515, rue Saint-Jacques, Mirabel (secteur de Saint-Augustin), J7N 2A3.

NOUVELLE FORMULE

# EXPO CONCERT DES ARTISTES PEINTRES DE MIRABEL

## Les 24, 25 et 26 octobre 2014

Au centre culturel du complexe Jean-Laurin (secteur de Saint-Augustin), 8475, rue Saint-Jacques, Mirabel

### VENDREDI 24 OCTOBRE

Visite de l'exposition réservée aux élèves des écoles de Mirabel.

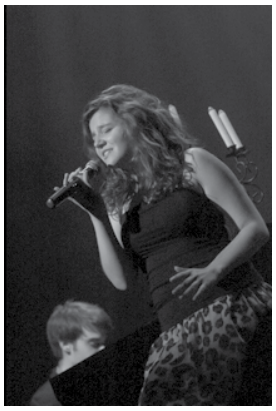
### SAMEDI 25 OCTOBRE

**Visite de l'exposition** ouverte à tous, de 11 h à 16 h 30.

**Vernissage et spectacle**, de 18 h à 21 h 30.

**ANNIE G. ROY EN SPECTACLE!**

À 17 ans, Annie a déjà parcouru un bon bout de chemin : Gagnante Interprète au concours « Gare à la relève Québécor Média » en 2012, finaliste à « L'étoile montante Ford » en 2013, et gagnante du « Festival de la chanson des Laurentides » en 2013.
Au menu : des grands classiques du « soft jazz », pop, R & B, etc. Le spectacle débute à 20 h, au coût de 10 $ par personne.



### DIMANCHE 26 OCTOBRE

La visite de l'exposition se poursuit, de 11 h à 16 h.
Accès gratuit – Venez découvrir les artistes d'ici et de la région!

**Sous la présidence d'honneur de Marie Levac, artiste peintre**

Artiste autodidacte originaire de Montréal, Marie Levac expose ses toiles dans différents symposiums.

Le côté rustique de sa peinture aux couleurs intenses et exécutée à la spatule l'ont amenée à développer ses propres techniques de peinture mixte.

Le monde imaginaire, la féerie et les contes sont autant de thèmes qui l'inspirent.

### CHASSE AUX « TRÈS-Z-ARTS »
**Samedi 25 et dimanche 26 octobre**

La chasse aux «Très-Z-Arts» est organisée par les artistes peintres de Mirabel et s'adresse aux jeunes de 5 ans et plus ainsi qu'aux adultes. Une façon unique de démystifier les œuvres d'artistes. Tout spécialement adaptée pour les jeunes. Prix de participation.
Horaire : samedi, de 11 h à 16 h 30, et dimanche, de 11 h à 15 h 30.

# SALON DES MÉTIERS D'ART DE MIRABEL
## Les 5, 6 et 7 décembre 2014

Au centre culturel du complexe du Val-d'Espoir (secteur de Saint-Janvier)
17700, rue du Val-d'Espoir, Mirabel

Le vendredi 5 décembre, ouvert de 17 h à 21 h,
le 6 décembre, de 9 h à 17 h, et le 7 décembre, de 10 h à 16 h.

PLUS DE 50 KIOSQUES VOUS PROPOSENT DIVERS PRODUITS ET IDÉES CADEAUX!

ENTRÉE LIBRE! PRIX DE PRÉSENCE TOUTES LES HEURES!

NOUVEAU

## NOUVEAU spectacle de Nicolas Noël

**Vendredi 12 décembre 2014, à 19 h**

Après des tournées remarquables, en 2012 et en 2013, des spectacles à guichets fermés dans de nombreuses salles au Québec et l'ajout de plusieurs supplémentaires, ainsi que la certification TRIPLE PLATINE du DVD Nicolas Noël « Mon histoire magique », des milliers de jeunes familles attendent avec impatience les nouvelles aventures de Nicolas et Grésille sur scène!

Lors de ce **NOUVEAU** spectacle, le maître de Noël donne plusieurs tâches à Grésille croyant que ça lui ferait plaisir. Mais « donner sans rien attendre en retour » semble un concept bien loufoque pour le jeune lutin. Nicolas saura-t-il le convaincre que le plus beau cadeau qui soit est d'abord et avant tout de faire plaisir aux enfants du monde entier?

Découvrez, au fil des chansons originales et entraînantes de Nicolas, les pouvoirs insoupçonnés du grand grimoire, l'ingrédient ultime et secret de toutes ses magies, et l'importance qu'ont pour lui les lettres qu'on lui envoie.

Un moment exceptionnel agrémenté de contes et de chansons! C'est indéniable, Nicolas Noël fait maintenant partie de la tradition familiale du temps des Fêtes!

Coût : 5 $ / personne – Billets en vente dans les bibliothèques de la Ville de Mirabel, et au Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, à partir du 12 novembre 2014.

Plus de renseignements au 450 475-8656, poste 4006. Les places sont limitées. Premiers arrivés, premiers servis!

NOUVEAU

## Formation d'un club de photographie à Mirabel

Un groupe de bénévoles tente de mettre sur pied un club de photographie. Vous êtes un amateur de cet art et avez envie d'échanger des trucs et des techniques, de discuter de cette passion avec d'autres photographes, et ce, sans prétention?

Vous pourrez obtenir plus de renseignements lors d'une soirée qui se tiendra le mercredi 10 septembre prochain, à 19 h, au pavillon d'accueil du parc régional éducatif du bois de Belle-Rivière, situé au 9009, route Arthur-Sauvé, à Mirabel.

Venez en grand nombre!

Renseignements par courriel :
clubphotobbr@gmail.com
ou en téléphonant au Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, au 450 475-8656.

## SÉRIE DE CONFÉRENCES – AUTOMNE 2014 – BIBLIO JAN

BIBLIOTHÈQUE DE MIRABEL

### LA VIE COMME JE L'AIME

Avec **Marcia Pilote,** animatrice, auteure, comédienne, mère de famille, amoureuse

Le jeudi 11 septembre, à 19 h

### 10 CLÉS POUR SURVIVRE AUX SOIRS DE SEMAINES

Avec **Geneviève O'Gleman,** nutritionniste et globe-trotteuse, et **Alexandra Diaz,** animatrice, « foodie » et adepte de la course à pied

Toutes les deux sont également auteures du livre « Famille futée » et animatrices de l'émission « Cuisine futée, parents pressés ».

Le jeudi 18 septembre, à 19 h

### SOUS LE CAPOT DE « L'ANNUEL DE L'AUTOMOBILE »

Avec **Antoine Joubert,** journaliste automobile

Le mercredi 15 octobre, à 19 h

### LES DÉTAILS QUI FONT TOUTE LA DIFFÉRENCE DANS L'HABILLEMENT

Avec **Sylvie Lord,** styliste vestimentaire – spécialiste en physionomie

Le lundi 20 octobre, à 19 h

### TERRE-NEUVE, LA MAGNIFIQUE, LA SYMPATHIQUE

Avec **Alain Benoit**

Le lundi 3 novembre, à 19 h

### À CHACUN SON PODIUM

Avec **Sylvie Fréchette,** championne olympique, nage synchronisée

Le jeudi 20 novembre, à 19 h

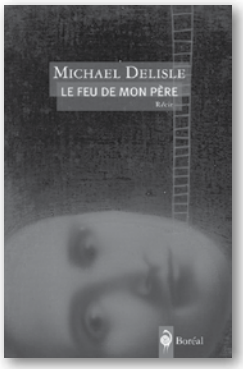
les CHOIX de Jean Fugère

BIBLIOTHÈQUE DE MIRABEL

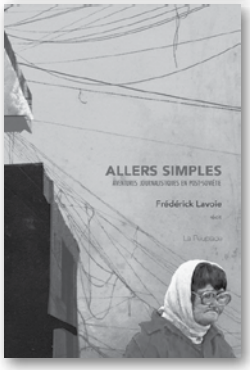
## RENCONTRES LITTÉRAIRES – Au centre culturel de la Ville de Lorraine

**4, boulevard De Montbéliard, Lorraine, de 19 h 30 à 21 h 30**

Le mardi 23 septembre
**VANIA JIMENEZ**




Le mardi 21 octobre
**MICHAEL DELISLE**




Le mardi 18 ou 25 novembre
**FRÉDÉRICK LAVOIE**
(date à confirmer à la fin juillet)

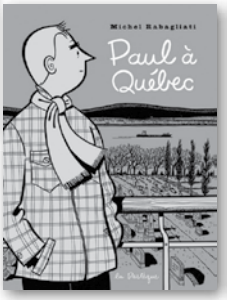
## RENCONTRES LITTÉRAIRES – DEUX AUTEURS DE RENOM À MIRABEL – BIBLIO JAN

**NATHALIE ROY**
Auteure des séries « La vie épicée de Charlotte Lavigne » et « La vie sucrée de Juliette Gagnon »

Le jeudi 9 octobre, à 19 h

**MICHEL RABAGLIATI**
Auteur de la série « Paul » et lauréat de nombreux prix de bandes dessinées

Le jeudi 23 octobre, à 19 h



# SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ

ACTIVITÉ GRATUITE
POUR LES 11 ANS ET PLUS

BIBLIOTHÈQUE DE MIRABEL

## SOIRÉE DÉCOUVERTE À LA BIBLIOTHÈQUE

Un animateur apporte
des jeux pour
adultes et adolescents.

Il les présente et
en explique les règlements.

*Il ne vous reste qu'à vous amuser!*

Le vendredi 24 octobre
de 18 H à 22 H
(heure d'arrivée au moment qui vous convient)
à
La bibliothèque
du Secteur de Saint-Janvier
17710, rue du Val-d'Espoir

PRIX
DE
PRÉSENCE!

Activité organisée dans le cadre de la
Semaine des bibliothèques publiques

Et bien d'autres jeux !

INSCRIPTION EN LIGNE OU PAR TÉLÉPHONE 450 475-2011 PENDANT LES HEURES D'OUVERTURE.

BIBLIOTHÈQUE DE MIRABEL

Semaine des bibliothèques publiques

## ATELIERS DE CRÉATION LITTÉRAIRE

Ces ateliers s'adressent à tous ceux qui caressent des projets d'écriture créative.

QUAND? Les lundis 8 et 22 septembre, 6 et 27 octobre, ainsi que le 10 novembre, de 13 h 30 à 16 h **ou** de 19 h à 21 h 30.

OÙ? À la bibliothèque du secteur de Saint-Janvier.

ANIMATRICE : Nicole Lapointe.

COÛT : 40 $ pour les 5 ateliers.

DÉBUT DES INSCRIPTIONS : lundi 28 juillet, dès 10 h.

Pour plus de renseignements, rendez-vous à la bibliothèque ou sur le site Internet.

**www.ville.mirabel.qc.ca/biblio**

**INSCRIPTION**

Nom : _____

_____

Adresse : _____

_____ Code postal : _____

Téléphone : _____

Courriel : _____

**ATELIER (cochez votre choix) :**

☐ En après-midi
13 h 30 à 16 h

☐ En soirée
19 h à 21 h 30

N'oubliez pas d'inclure votre paiement (40 $).
Le chèque doit être fait à l'ordre de la Ville de Mirabel.

## Semaine des bibliothèques publiques

S'inspirant du slogan « Plus qu'un lieu, un rendez-vous! », l'équipe de la bibliothèque vous propose plusieurs rencontres pour souligner cette 16e édition de la *Semaine des bibliothèques publiques*.

Le lundi 20 octobre, conférence :

« Les détails qui font toute la différence dans l'habillement »

Le mardi 21 octobre :

Rencontre avec l'écrivaine jeunesse **Sylvie Roberge** (activité pour les écoliers)

Spectacle d'Halloween avec **Winnie la sorcière**

Rencontre littéraire Jean Fugère : entrevue avec l'écrivain **Michaël Delisle**

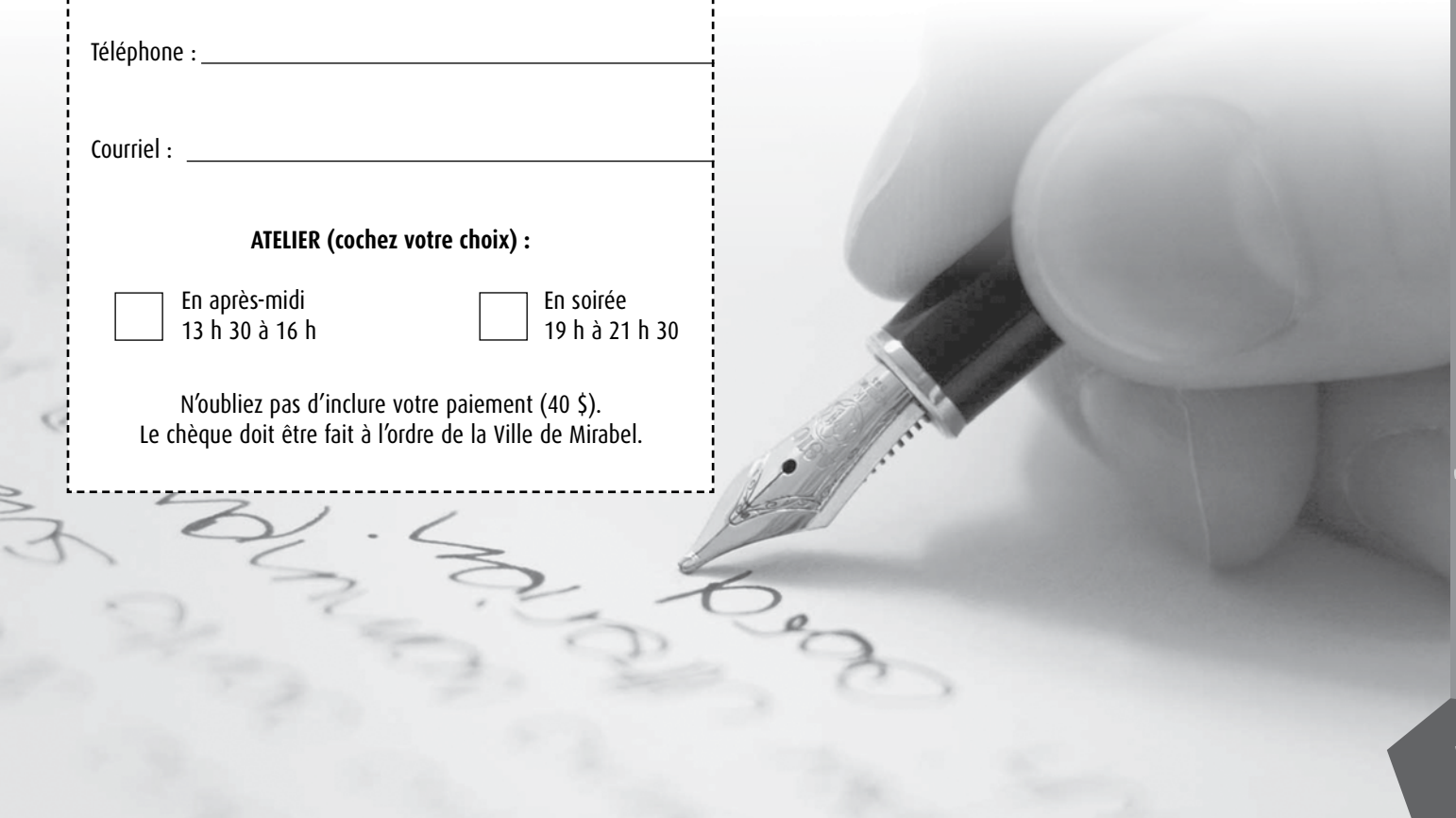
Le jeudi 23 octobre :

Rencontre avec l'auteur de la série *Paul*, **Michel Rabagliati**

Le jeudi 24 octobre :

Soirée jeux de société pour ados et adultes

Obtenez de plus amples renseignements concernant ces activités, en consultant les pages 8 à 13 de cette programmation!



## DES FILMS À LA BIBLIOTHÈQUE!

### PROGRAMMATION POUR ADULTES – BIBLIO JAN

#### AUTOPORTRAIT SANS MOI

Le mardi 11 novembre, à 18 h 30

À l'heure des médias sociaux, ils sont 50 à exposer une part de leur intimité et partager leurs expériences de vie devant la caméra dans ce film de **Danic Champoux** *(Mom et moi, Séances)*.

Toutes ces confessions parfois lourdes, souvent cocasses, composent une trame dramatique riche et éclatée, à l'image de la mosaïque humaine qui se constitue sous nos yeux et qui raconte notre histoire.

### PROGRAMMATION POUR ENFANTS – BIBLIO JAN

#### PIT ET LE VASTE MONDE

Le samedi 29 novembre, à 11 h

Avec ses deux amis, Couac le canard, et Cui l'hirondelle, Pit, un poussin nouveau-né, rêve de partir à la découverte du vaste monde. Naïf, il se met très vite les pattes dans les plats.

Simple et coloré, cet amusant dessin animé en trois épisodes est spécialement conçu pour les enfants de 3 à 8 ans.

## HEURE DU CONTE EN PYJAMA

**Pour les 3 ans et plus, dès 18 h 45**

**En septembre : SOURIT SOURIS!**

| | |
|---|---|
| Mardi 16 septembre | BIBLIO AUG |
| Mercredi 24 septembre | BIBLIO JAN |

Début des inscriptions : mardi 2 septembre

**En octobre : UNE HALLOWEEN ENSORCELÉE**

| | |
|---|---|
| Jeudi 16 octobre | BIBLIO CAN |
| Mardi 21 octobre (spectacle) | BIBLIO AUG |
| Lundi 27 octobre (spectacle) | BIBLIO JAN |

Début des inscriptions : mercredi 1er octobre

**En novembre : OURS ET COMPAGNIE**

| | |
|---|---|
| Mardi 18 novembre | BIBLIO AUG |
| Mercredi 26 novembre | BIBLIO JAN |

Début des inscriptions : samedi 1er novembre

**En décembre : NOËL**

| | |
|---|---|
| Jeudi 4 décembre | BIBLIO CAN |
| Mardi 9 décembre | BIBLIO AUG |
| Lundi 15 décembre (spectacle) | BIBLIO JAN |

Début des inscriptions :

Saint-Canut : samedi 1er novembre
Saint-Augustin et Saint-Janvier : lundi 1er décembre

## DEMI-HEURE DU CONTE

**Pour les 18 à 36 mois, dès 10 h 30**

**En septembre**

| | |
|---|---|
| Jeudi 25 septembre | BIBLIO JAN |

**En novembre**

| | |
|---|---|
| Jeudi 27 novembre | BIBLIO JAN |

Début des inscriptions : premier jour du mois de l'activité

## SPECTACLE D'HALLOWEEN

**WINNIE LA SORCIÈRE**

Mardi 21 octobre, à 18 h 45
**BIBLIO AUG**

Lundi 27 octobre, à 18 h 45
**BIBLIO JAN**

Début des inscriptions : 1er octobre

## SPECTACLE DE NOËL

**LA MAGIE DES CLOCHES**

Lundi 15 décembre, à 18 h 45
**BIBLIO JAN**

Début des inscriptions : 1er décembre

## ACTIVITÉS THÉMATIQUES

**Pour les 6 à 12 ans**

**LES ANIMAUX DÉGUISÉS**
***Éducazoo***

Samedi 13 septembre, de 13 h à 14 h 15 (groupe 1) et de 14 h 15 à 15 h 30 (groupe 2)
**BIBLIO JAN**

**LE TOUR DU MONDE D'INDIANA JAD**
***Jadrino Huot***

Vendredi 14 novembre, à 18 h 45
**BIBLIO JAN**

## RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

**Les activités sont gratuites,**
sauf les ateliers de création littéraire, et sont offertes à tous les citoyens de Mirabel.

Toutefois, la priorité est donnée aux abonnés de la bibliothèque.

## MODALITÉS D'INSCRIPTION

**Inscription obligatoire.**
Le nombre de places est limité pour chaque activité.

**Début des inscriptions : 26 août**
Sauf les heures du conte et les ateliers de création littéraire (voir description des activités pages 11 et 12 de cette programmation)

## COMMENT S'INSCRIRE

**Par Internet :**
www.ville.mirabel.qc.ca/biblio
*Pendant les heures d'ouverture*
**Par téléphone, au 450 475-2011**
Prière de ne pas laisser de message sur la boîte vocale.
**À la bibliothèque.**

## CODES ET COORDONNÉES

**BIBLIO AUG**
Bibliothèque de Saint-Augustin, 15005, rue des Saules
**BIBLIO CAN**
Bibliothèque de Saint-Canut, 9950, boul. de Saint-Canut
**BIBLIO JAN**
Bibliothèque de Saint-Janvier, 17710, rue du Val-d'Espoir

# ÉVENTAIL D'ACTIVITÉS Horaire des inscriptions en page 2

| Titre et description | Endroit | Âge | Période | Jour et heure | Coût | Code internet |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Aéro zumba**<br>Enchainement cardio des pas de danse latine sur musique rythmée. | **Saint-Janvier**<br>École de danse Rachel Jasmin (2e étage) 17380, rue de la Paix | Adultes | 30 septembre au 2 décembre | Mardi<br>20 h à 21 h | 80 $ | **AEROZU-01** |
| | | Adultes | 2 octobre au 4 décembre | Jeudi<br>19 h à 20 h | 80 $ | **AEROZU-02** |
| **Anglais (débutant 1)**<br>Aucune connaissance de la langue, ou connaissance de quelques mots ou phrases seulement.<br>**Prévoir l'achat d'un manuel au coût de 38 $** | **Saint-Augustin**<br>Aréna du complexe Jean-Laurin (2e étage) | Adultes | 18 septembre au 20 novembre | Jeudi<br>19 h à 21 h | 90 $ | **ANGD1-01** |
| | **Saint-Canut**<br>Centre culturel Patrick-Lepage | Adultes | 16 septembre au 18 novembre | Mardi<br>19 h à 21 h | 90 $ | **ANGD1-02** |
| | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | Adultes | 18 septembre au 20 novembre | Jeudi<br>9 h à 11 h | 90 $ | **ANGD1-03** |
| | **École secondaire Mirabel** | Adultes | 16 septembre au 18 novembre | Mardi<br>19 h à 21 h | 90 $ | **ANGD1-04** |
| **Anglais (débutant 3)**<br>Avoir complété le niveau débutant 2. Vous vous exprimez encore avec difficulté, mais vous comprenez de plus en plus les conversations. Vous pourriez arriver à vous faire comprendre en voyage.<br>**Prévoir l'achat d'un manuel au coût de 38 $** | **Saint-Augustin**<br>Complexe Jean-Laurin (en haut de l'aréna) | Adultes | 17 septembre au 19 novembre | Mercredi<br>19 h à 21 h | 90 $ | **ANGD3-01** |
| | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | Adultes | 19 septembre au 21 novembre | Vendredi<br>13 h à 15 h | 90 $ | **ANGD3-02** |
| **Anglais (intermédiaire 1)**<br>Avoir complété le niveau débutant 3. Vous êtes capable de formuler des phrases simples au présent, au passé et au futur. Vous conversez tout en faisant quelques erreurs de base. Vous commencez à penser davantage en langue anglaise.<br>**Prévoir l'achat d'un manuel au coût de 38 $** | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | Adultes | 18 septembre au 20 novembre | Jeudi<br>13 h à 15 h | 90 $ | **ANGI1-01** |
| **Anglais (intermédiaire 2)**<br>Avoir complété le niveau intermédiaire 1. Vous êtes capable de formuler des phrases simples au présent, au passé et au futur. Vous conversez et faites de moins en moins d'erreurs de base. Vous pensez davantage en langue anglaise.<br>**Prévoir l'achat d'un manuel au coût de 38 $** | **Saint-Janvier**<br>École secondaire de Mirabel | Adultes | 15 septembre au 24 novembre<br>Relâche : 13 octobre | Lundi<br>19 h à 21 h | 90 $ | **ANGI2-01** |
| **Atelier d'un jour**<br>**Apprenti soigneur de chevaux 1**<br>Comment prendre soin du cheval (alimentation, hippologie, anatomie, langage du corps, etc.). | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | 7 à 12 ans | 28 septembre | Dimanche<br>10 h à 16 h | 40 $ | **ATJ-01** |
| **Atelier d'un jour**<br>**Apprenti soigneur de chevaux 2**<br>Avoir suivi le cours apprenti soigneur de chevaux 1. Élaboration des notions apprises au niveau 1. | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | 7 à 12 ans | 19 octobre | Dimanche<br>10 h à 16 h | 40 $ | **ATJ-02** |

| Titre et description | Endroit | Âge | Période | Jour et heure | Coût | Code internet |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Atelier d'un jour**<br>**Trucs mode – Party de filles**<br>Avec l'aide de Luce Papineau, styliste de mode. | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | Adultes | 26 octobre | Dimanche<br>13 h à 16 h | 45 $ | **ATJ-03** |
| **Aventuriers (Les p'tits)**<br>Atelier pour inciter les enfants à bouger, à explorer et à travailler en équipe. Thématique différente chaque semaine (les pirates, l'animalerie en folie, les explorateurs en herbe et plus encore). | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | 4 à 5 ans | 15 septembre au 24 novembre<br>Relâche : 13 octobre | Lundi<br>11 h à 12 h | 40 $ | **AVENT-01** |
| | **Saint-Janvier**<br>École secondaire de Mirabel | 3 ans | 20 septembre au 29 novembre<br>Relâche : 11 octobre | Samedi<br>9 h à 10 h | 40 $ | **AVENT-02** |
| | | 6-7 ans | | Samedi | 40 $<br>14 h à 15 h | **AVENT-03** |
| **Badminton libre**<br>**Priorité aux résidents de Mirabel** | **Saint-Augustin**<br>École Prés-Fleuris | 12 à 15 ans | 16 septembre au 16 décembre et<br>13 janvier au 16 juin | Mardi<br>18 h à 20 h | 12 à 18 ans : 1 $<br>19 ans et + : 3 $<br>Non-rés. : 6 $ | N/D |
| | | 16 ans et + | | Mardi<br>20 h à 22 h 30 | | |
| | **Saint-Benoît**<br>École Girouard | 7 à 15 ans (avec parent) | 15 septembre au 17 décembre et<br>12 janvier au 27 mai<br>Relâche : 22 septembre | Mercredi<br>18 h 30 à 20 h | 7 à 18 ans : 1 $<br>19 ans et + : 3 $<br>Non-rés. : 6 $ | N/D |
| | | 16 ans et + | | Mercredi<br>20 h à 22 h 30 | | |
| | | 16 ans et + | | Lundi<br>20 h à 22 h 30 | | |
| | **Saint-Janvier**<br>École aux Quatre-Vents | 7 à 15 ans (avec parent) | 15 septembre au 19 décembre et<br>12 janvier au 29 mai | Vendredi<br>18 h 30 à 20 h 30 | 7 à 18 ans : 1 $<br>19 ans et + : 3 $<br>Non-rés. : 6 $ | N/D |
| | | 12 à 15 ans | | Lundi et jeudi<br>18 h 30 à 20 h 30 | | |
| | | 16 ans et + | | Lundi, jeudi et vendredi<br>20 h 30 à 22 h 30 | | |
| | **Saint-Canut**<br>École Sainte-Anne | 12 ans et + (avec parent) | 17 septembre au 17 décembre et<br>14 janvier au 17 juin | Mercredi<br>18 h 30 à 20 h | 12 à 18 ans : 1 $<br>19 ans et + : 3 $<br>Non-rés. : 6 $ | N/D |
| | | 16 ans et + | | Mercredi<br>20 h à 22 h 30 | | |
| | **Mirabel-en-Haut**<br>École Mer-et-Monde | 7 à 15 ans (avec parent) | 17 septembre au 17 décembre et<br>14 janvier au 27 mai | Mercredi<br>18 h 30 à 20 h | 7 à 18 ans : 1 $<br>19 ans et + : 3 $<br>Non-rés. : 6 $ | N/D |
| | | 16 ans et + | | Mercredi<br>20 h à 21 h 30 | | |
| **Bouts de chou (atelier annuel)**<br>Les enfants doivent être âgés de 3 ans au 30 septembre 2014 et être « propres ». Les enfants apprennent la socialisation, tout en pratiquant des jeux et des activités éducatives.<br>***Veuillez prendre note que pour les secteurs de Saint-Canut et de Saint-Janvier, les enfants de 4 ans ne peuvent pas être inscrits aux « Bouts de chou » et aux « Touche à tout » en même temps.** | **Saint-Augustin**<br>En haut de l'aréna du complexe Jean-Laurin | 3 à 5 ans | 16 septembre au 11 décembre et 13 janvier au 11 juin<br>Relâche : 2 au 6 mars | Mardi et jeudi<br>8 h 30 à 11 h 30 | 325 $ | **BOUT-01** |
| | **Saint-Benoît**<br>Centre culturel René-Laurin | 3 à 5 ans | 15 septembre au 15 décembre et 12 janvier au 15 juin<br>Relâche : 13 octobre et du 2 au 6 mars | Lundi et mercredi<br>8 h 30 à 11 h 30 | 325 $ | **BOUT-02** |
| | **Saint-Canut***<br>Centre culturel Patrick-Lepage | 3 à 5 ans | 16 septembre au 11 décembre et 13 janvier au 11 juin<br>Relâche : 2 au 6 mars | Mardi et jeudi<br>8 h 30 à 11 h 30 | 325 $ | **BOUT-03** |
| | **Saint-Janvier***<br>Centre culturel Joseph-Savard | 3 à 5 ans | 15 septembre au 15 décembre et 12 janvier au 15 juin<br>Relâche : 13 octobre et du 2 au 6 mars | Lundi et mercredi<br>8 h 30 à 11 h 30 | 325 $ | **BOUT-04** |

# ÉVENTAIL D'ACTIVITÉS Horaire des inscriptions en page 2

| Titre et description | Endroit | Âge | Période | Jour et heure | Coût | Code internet |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Cardio militaire (intérieur)**<br>Cours idéal pour une personne de niveau intermédiaire, qui souhaite dépasser ses limites d'endurance cardiovasculaire et musculaire. Cours très exigeant physiquement, mais qui demande peu de coordination. **Vous devez apporter un tapis et une bande élastique.** | **Saint-Janvier**<br>École secondaire de Mirabel | Adultes | 25 septembre au 11 décembre | Jeudi<br>20 h à 21 h | 100 $<br>(12 semaines) | **CARDIOM-01** |
| | | Adultes | 22 septembre au 8 décembre | Lundi<br>19 h à 20 h | 100 $<br>(12 semaines) | **CARDIOM-02** |
| **Cardio musculation (extérieur)**<br>Activité qui vous procurera bien-être et résultats physiques. Entraînement par intervalles structurés, le programme comprend un échauffement, une période d'effort cardiovasculaire et de la musculation avec bande élastique et matelas d'exercice.<br>Une période de relaxation inspirée du tai-chi clôture chaque séance.<br>**Vous devez apporter un tapis et une bande élastique.** | **Saint-Augustin**<br>Parc Pablo-Picasso | Adultes | 24 septembre au 10 décembre | Mercredi<br>18 h 45 à 19 h 45 | 100 $<br>(12 semaines) | **CARDIOM-03** |
| | **Mirabel-en-Haut**<br>Parc de la Montagne | Adultes | 25 septembre au 11 décembre | Jeudi<br>18 h 30 à 19 h 30 | 100 $<br>(12 semaines) | **CARDIOM-04** |
| | **Saint-Janvier**<br>Parc Cardinal | Adultes | 22 septembre au 8 décembre | Lundi<br>18 h 45 à 19 h 45 | 100 $<br>(12 semaines) | **CARDIOM-05** |
| | | Adultes | 23 septembre au 10 décembre | Mardi<br>8 h 30 à 9 h 30 | 100 $<br>(12 semaines) | **CARDIOM-06** |
| **Cardio musculation (extérieur)**<br>**Adapté pour les futures mamans**<br>Le programme comprend un échauffement, une période d'effort cardiovasculaire et de la musculation. Une période d'étirements clôture chaque séance. Ne contient aucun saut et chaque femme travaille à son rythme. Une feuille X-APP devra être remplie avant la session. | **Saint-Janvier**<br>Parc Cardinal | Adultes | 23 septembre au 10 décembre | Mardi<br>9 h 45 à 10 h 45 | 100 $<br>(12 semaines) | **CARDIOM-07** |
| **Cardio poussette (extérieur)**<br>Programme d'entraînement cardiovasculaire et musculaire ne comportant aucun saut. Recommandé par plusieurs physiothérapeutes en rééducation du plancher pelvien. L'entraînement mise sur l'alignement postural et cible les bons exercices pour les abdominaux. De plus, nos entraîneurs formés en état post-natal vérifient la diastase des grands droits causé par la grossesse. Idéal pour les nouvelles mamans qui veulent retrouver la forme.<br>**Vous devez apporter un tapis et une bande élastique.** | **Sainte-Scholastique**<br>Parc régional éducatif du bois de Belle-Rivière | Adultes | 25 septembre au 11 décembre | Jeudi<br>13 h à 14 h | 100 $<br>(12 semaines) | **CARDIOP-01** |
| | | Adultes | 23 septembre au 10 décembre | Mardi<br>13 h à 14 h | 100 $<br>(12 semaines) | **CARDIOP-02** |
| **Cardio Salsa**<br>Enchaînement cardio de danses salsa et « Lady Style ». Mouvements de bras sur musique latine. | **Saint-Janvier**<br>École de danse Rachel Jasmin<br>(2e étage)<br>17380, rue de la Paix | Adultes | 2 octobre au 4 décembre | Jeudi<br>20 h à 21 h | 80 $ | **CARDIOS-01** |
| | | Adultes | 3 octobre au 5 décembre | Vendredi<br>19 h à 20 h | 80 $ | **CARDIOS-02** |
| **Cardio tonus (intérieur)**<br>Cours de conditionnement physique complet visant l'amélioration générale de la condition physique. Cet entraînement est très accessible et demande peu de coordination. | **Saint-Janvier**<br>École secondaire de Mirabel | Adultes | 22 septembre au 8 décembre | Lundi<br>20 h à 21 h | 100 $ | **CARDIOT-01** |
| | **Saint-Augustin**<br>École Prés-Fleuris | Adultes | 24 septembre au 10 décembre | Mercredi<br>20 h à 21 h | 100 $ | **CARDIOT-02** |

| Titre et description | Endroit | Âge | Période | Jour et heure | Coût | Code internet |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Confection de cadeaux gourmands**<br>Apprenez comment fabriquer : guimauves, pâte de fruits et caramel salé lors du 1er atelier, et confectionnez vos cadeaux d'hôtesse le lendemain, avec l'aide des experts confiseurs/designers de ***Jolies Bean's confiserie***! | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | Adultes | 9 décembre<br>et<br>10 décembre | Mardi<br>19 h à 22 h<br>Mercredi<br>19 h à 20 h 30 | 70 $<br>par<br>personne | **ATJ-04** |
| **Cirque (activité annuelle)**<br>Maximum de 12 participants par groupe. (24 semaines) | **Sainte-Scholastique**<br>Gymnase de l'école Sainte-Scholastique | 4 à 6 ans<br>(enfants nés en 2008, 2009 et 2010) | 3 octobre au 19 décembre<br>et<br>9 janvier au 27 mars | Vendredi<br>18 à 19 h | 115 $ | **CIRQ-01** |
| | | 7 à 12 ans<br>(enfants nés entre 2002 et 2007) | | Vendredi<br>19 h à 20 h | 115 $ | **CIRQ-02** |
| **Comédie musicale (atelier annuel)**<br>Les jeunes auront la chance d'apprendre quelques techniques de base du chant et de la danse... et de présenter leurs acquis à la fin de la session. Le plaisir sera de la partie!<br>(11 semaines) | **Saint-Augustin**<br>centre culturel du complexe Jean-Laurin | 6 à 9 ans | 18 septembre au 27 novembre | Jeudi<br>18 h 30 à 19 h 30 | 50 $ | **COMED-01** |
| | | 10 à 14 ans | | Jeudi<br>19 h 30 à 20 h 30 | 50 $ | **COMED-02** |
| **Courtepointe**<br>Matériaux aux frais des participantes. | **Saint-Benoît**<br>Centre culturel René-Laurin | Adultes | 6 octobre au 24 novembre<br>Relâche : 13 octobre | Lundi<br>13 h 30 à 16 h 30 | 65 $ | **COURT-01** |
| | | | | Lundi<br>18 h 30 à 21 h 30 | 65 $ | **COURT-02** |
| NOUVEAU<br>**Danse baladi**<br>Danse gracieuse aux mouvements coulés, ondulant sur de la musique rythmée. Améliore la posture du corps et l'agilité. | **Saint-Janvier**<br>École de danse Rachel Jasmin<br>(2e étage)<br>17380, rue de la Paix | Adultes | 1er octobre au 12 novembre | Mercredi<br>19 h à 20 h | 75 $ | **DANB-01** |
| **Danse créative**<br>Atelier de danse créative pour les enfants, où l'on explore la danse à travers les jeux et l'imagination. L'enfant est amené à prendre conscience de son corps, de son mouvement dans l'espace et à découvrir l'univers de la musique et du rythme. Plaisir assuré. | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | 2-3 ans | 15 septembre au 24 novembre<br>Relâche : 13 octobre | Lundi<br>9 h à 10 h | 40 $ | **DANC-01** |
| | | 4-5 ans | | Lundi<br>10 h à 11 h | 40 $ | **DANC-02** |
| | **Saint-Janvier**<br>Salle polyvalente de l'école secondaire de Mirabel | 2-3 ans | 20 septembre au 29 novembre<br>Relâche : 11 octobre | Samedi<br>10 h à 11 h | 40 $ | **DANC-03** |
| | | 3-4 ans | | Samedi<br>11 h à 12 h | 40 $ | **DANC-04** |
| | | 4-5 ans | | Samedi<br>12 h à 13 h | 40 $ | **DANC-05** |
| | | 5-6 ans | | Samedi<br>13 h à 14 h | 40 $ | **DANC-06** |

# ÉVENTAIL D'ACTIVITÉS Horaire des inscriptions en page 2

| Titre et description | Endroit | Âge | Période | Jour et heure | Coût | Code internet |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Danse créative**<br>**« Les petits pas du bonheur »**<br>À travers diverses thématiques imaginatives, les enfants seront initiés aux bases de la danse et pourront y explorer divers styles, le sens du rythme, le travail de partenariat, l'écoute de soi-même et des autres, et ce, en plus d'intégrer dans leur corps les nombreuses variantes de mouvements.<br>***Les groupes des 2 à 3 ans doivent être accompagnés d'un parent.** | **Saint-Canut**<br>Centre culturel Patrick-Lepage | 2 à 2 1/2 ans* | 20 septembre au 29 novembre<br>Relâche : 11 octobre | Samedi<br>9 h à 9 h 50 | 35 $ | **DANCP-01** |
| | | 2 1/2 à 3 ans* | | Samedi<br>10 h à 10 h 50 | 35 $ | **DANCP-02** |
| | | 3-4 ans | | Samedi<br>11 h à 11 h 50 | 35 $ | **DANCP-03** |
| | | 4-5 ans | | Samedi<br>12 h à 12 h 50 | 35 $ | **DANCP-04** |
| | | 5-6 ans | | Samedi<br>13 h à 13 h 50 | 35 $ | **DANCP-05** |
| | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | 2 à 2 1/2 ans* | 20 septembre au 29 novembre<br>Relâche : 11 octobre | Samedi<br>9 h à 9 h 50 | 35 $ | **DANCP-06** |
| | | 2 1/2 à 3 ans* | | Samedi<br>10 h à 10 h 50 | 35 $ | **DANCP-07** |
| | | 3-4 ans | | Samedi<br>11 h à 11 h 50 | 35 $ | **DANCP-08** |
| | | 4-5 ans | | Samedi<br>12 h à 12 h 50 | 35 $ | **DANCP-09** |
| | | 5-6 ans | | Samedi<br>13 h à 13 h 50 | 35 $ | **DANCP-10** |
| **Danse en ligne** | **Saint-Augustin**<br>École Prés-Fleuris | Adultes | 22 septembre au 1er décembre<br>Relâche : 11 octobre | Lundi<br>19 h à 21 h | 75 $ | **DANL-01** |
| | **Saint-Canut**<br>**Centre culturel Patrick-Lepage** | Adultes | Veuillez appeler le responsable du « Bonheur de vivre » pour connaître les disponibilités. | | | |
| | **Saint-Janvier**<br>**Centre Évelina-Ouellette** | Adultes | Veuillez appeler le responsable du « Club de l'âge d'or de Saint-Janvier » pour connaître les disponibilités. | | | |
| NOUVEAU<br>**Danse gitane**<br>Danse folklorique rythmée de style Esméralda. | **Saint-Janvier**<br>École de danse Rachel Jasmin<br>(2e étage) 17380, rue de la Paix | Adultes | 1er octobre au 12 novembre | Mercredi<br>20 h à 21 h | 75 $ | **DANG-01** |
| **Danse hip hop – jeunes**<br>**(atelier annuel)** | **Saint-Hermas**<br>Centre culturel Honorius-Lafond | 6 à 8 ans | 15 septembre au 8 décembre<br>et<br>12 janvier au 13 avril<br>Relâche : 13 octobre; 2 mars; 6 avril | Lundi<br>18 h à 19 h | 80 $ | **DANH-01** |
| | | 9 à 12 ans | | Lundi<br>19 h à 20 h | 80 $ | **DANH-02** |
| | **Saint-Canut**<br>Centre culturel Patrick-Lepage | 5 à 7 ans<br>(pré-hip hop) | 20 septembre au 13 décembre<br>et<br>17 janvier au 18 avril<br>Relâche : 11 octobre; 7 mars; 4 avril | Samedi<br>9 h à 10 h | 80 $ | **DANH-03** |
| | | 8 à 10 ans | | Samedi<br>10 h à 11 h | 80 $ | **DANH-04** |
| | | 11 à 14 ans | | Samedi<br>11 h à 12 h | 80 $ | **DANH-05** |

| Titre et description | Endroit | Âge | Période | Jour et heure | Coût | Code internet |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Danse jazz moderne (atelier annuel)**<br>Cet atelier offre à nos jeunes un apprentissage dans lequel on retrouve des éléments de ballet classique, de ballet jazz et de danse moderne. Courte représentation à la fin de la session.<br>**Costume requis :**<br>maillot noir avec manches courtes et encolure ronde, souliers demi-pointes noirs et collants de ballet rose pâle (disponibles dans les boutiques de vêtements de danse). | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | 3 ans | 20 septembre au 13 décembre et 17 janvier au 18 avril<br>Relâche : 11 octobre; 7 mars; 4 avril | Samedi<br>8 h à 8 h 45 | 80 $ | **DANJ-01** |
| | | 4 ans | | Samedi<br>9 h à 9 h 45 | 80 $ | **DANJ-02** |
| | | 4-5 ans | | Samedi<br>10 h à 10 h 45 | 80 $ | **DANJ-03** |
| | | 5 ans | | Samedi<br>11 h à 11 h 45 | 80 $ | **DANJ-04** |
| | | 6-7 ans | | Samedi<br>12 h à 13 h | 80 $ | **DANJ-05** |
| | | 8 à 10 ans | | Samedi<br>13 h 15 à 14 h 15 | 80 $ | **DANJ-06** |
| **Danse jazz urbain (atelier annuel)**<br>Des notions de ballet-jazz, et de jazz moderne et contemporain.<br>NOUVEAU | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | 5-6 ans | 19 septembre au 12 décembre et 16 janvier au 17 avril<br>Relâche : 6 mars et 3 avril | Vendredi<br>16 h 30 à 17 h 30 | 80 $ | **DANU-01** |
| | | 7-8 ans | | Vendredi<br>17 h 30 à 18 h 30 | 80 $ | **DANU-02** |
| | | 9 à 11 ans | | Vendredi<br>18 h 30 à 19 h 30 | 80 $ | **DANU-03** |
| | | 12 à 14 ans | | Vendredi<br>19 h 30 à 20 h 30 | 80 $ | **DANU-04** |
| **Danse salsa**<br>Danse latine sur des musiques rythmées. Se pratique en couple.<br>NOUVEAU | **Saint-Janvier**<br>École de danse Rachel Jasmin (2e étage) 17380, rue de la Paix | Adultes | 3 octobre au 14 novembre | Vendredi<br>20 h à 21 h | 75 $ | **DANS-01** |
| **Danse théâtre**<br>En plus des exercices de base en danse, les élèves sont amenés à expérimenter divers exercices d'expression corporelle et de création. Ils apprennent à exprimer leurs idées, les développer et les pousser plus loin, et aussi à travailler en équipe, à observer et à analyser. | **Saint-Canut**<br>Centre culturel Patrick-Lepage | 6 à 8 ans | 16 septembre au 2 décembre | Mardi<br>18 h à 19 h | 50 $ | **DANT-01** |
| | | 8 à 10 ans | | Mardi<br>19 h à 20 h | 50 $ | **DANT-02** |
| **Dessin (jeunes)**<br>* Voir liste du matériel requis au : www.ville.mirabel.qc.ca | **Saint-Janvier***<br>Centre culturel Joseph-Savard | 7 à 9 ans | 4 octobre au 13 décembre<br>Relâche : 11 octobre | Samedi<br>9 h à 10 h | 40 $ | **DESS-01** |
| | | 10 à 14 ans | | Samedi<br>10 h à 11 h 30 | 45 $ | **DESS-02** |
| **Escrime**<br>NOUVEAU<br>Travail de base comprenant : déplacements, travail de mains (techniques) et combats. | **Saint-Janvier**<br>École à la Croisée-des-Champs | 8 à 10 ans | 22 septembre au 8 décembre | Lundi<br>18 h 30 à 19 h 30 | 95 $ | **ESCR-01** |
| | | 11 à 14 ans | | Lundi<br>19 h 30 à 20 h 30 | 95 $ | **ESCR-02** |

# ÉVENTAIL D'ACTIVITÉS Horaire des inscriptions en page 2

| Titre et description | Endroit | Âge | Période | Jour et heure | Coût | Code internet |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Espagnol débutant 1**<br>Aucune connaissance de la langue, ou connaissance de quelques mots ou phrases seulement.<br>**Prévoir l'achat d'un manuel au coût de 25 $.** | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | Adultes | 15 septembre au 24 novembre<br>Relâche : 13 octobre | Lundi<br>19 h à 21 h | 90 $ | **ESPD1-01** |
| | | | 17 septembre au 19 novembre | Mercredi<br>13 h à 15 h | 90 $ | **ESPD1-02** |
| | **Saint-Janvier**<br>École secondaire de Mirabel | Adultes | 18 septembre au 20 novembre | Jeudi<br>19 h à 21 h | 90 $ | **ESPD1-03** |
| | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | Adultes | 16 septembre au 18 novembre | Mardi<br>13 h à 15 h | 90 $ | **ESPD1-04** |
| **Espagnol débutant 2**<br>Atelier s'adressant aux étudiants ayant déjà quelques notions de base ou aux personnes ayant suivi le cours de niveau débutant 1.<br>**Prévoir l'achat d'un manuel au coût de 25 $.** | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | Adultes | 16 septembre au 18 novembre | Mardi<br>19 h à 21 h | 90 $ | **ESPD2-01** |
| | **Saint-Canut**<br>Centre culturel Patrick-Lepage | Adultes | 18 septembre au 20 novembre | Jeudi<br>19 h à 21 h | 90 $ | **ESPD2-02** |
| **Espagnol débutant 3**<br>Préalable : avoir suivi un cours de niveau débutant 2 ou avoir des notions plus avancées de la langue espagnole.<br>**Prévoir l'achat d'un manuel au coût de 25 $.** | **Saint-Janvier**<br>École secondaire de Mirabel Jean-Laurin | Adultes | 17 septembre au 19 novembre | Mercredi<br>19 h à 21 h | 90 $ | **ESPD3-01** |
| **Espagnol intermédiaire 1** | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | Adultes | 15 septembre au 24 novembre<br>Relâche : 13 octobre | Lundi<br>19 h à 21 h | 90 $ | **ESPI1-01** |
| **Fourmis dégourdies**<br>Par le jeu et les activités, les enfants s'initieront à différents sports. Découverte de versions adaptées de soccer, baseball et bien d'autres, tout en s'initiant au travail d'équipe et en développant des habiletés corporelles. | **Saint-Canut**<br>Centre culturel Patrick-Lepage<br>**NOUVEAU SECTEUR** | 3 ans | 20 septembre au 29 novembre<br>Relâche : 11 octobre | Samedi<br>9 h à 10 h | 40 $ | **FOURM-01** |
| | | 4 ans | | Samedi<br>10 h à 11 h | 40 $ | **FOURM-02** |
| | | 5 ans | | Samedi<br>11 h à 12 h | 40 $ | **FOURM-03** |
| **Gardiens avertis**<br>Cours offert par la Croix-Rouge canadienne aux jeunes de 11 ans et plus. Matériel à apporter : poupée ou toutou, crayon à mine, marqueur et un dîner.<br>Les enfants demeurent sur place durant l'heure du dîner. | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | 11 ans et + | 5 octobre | Dimanche<br>8 h 30 à 16 h 30 | 45 $ | **GARD-01** |
| | **Saint-Janvier**<br>**Centre culturel du complexe**<br>du Val-d'Espoir | 11 ans et + | 2 novembre | Dimanche<br>8 h 30 à 16 h 30 | 45 $ | **GARD-02** |

| Titre et description | Endroit | Âge | Période | Jour et heure | Coût | Code internet |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **« Globetrotters » (Les)**<br>Ateliers éducatifs qui sollicitent les intelligences multiples. Théo et Delphine partent en voyage autour du monde et nous font découvrir le monde à travers plusieurs activités. Un site Internet permettra aux parents de suivre les apprentissages de leur enfant et aux enfants, de faire un retour sur ce qu'ils auront fait durant l'atelier. | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | 4 à 7 ans | 19 septembre au 21 novembre | Vendredi<br>18 h 30 à 19 h 30 | 40 $ | **GLOBE-01** |
| | | 8 à 10 ans | | Vendredi<br>19 h 30 à 20 h 30 | 40 $ | **GLOBE-02** |
| **Golf (cours à l'intérieur)**<br>Matériel fourni. (10 semaines) | **Saint-Augustin**<br>Gymnase de l'école Prés-Fleuris | 10 à 17 ans | 5 octobre au 7 décembre | Dimanche<br>9 h à 10 h | 65 $ | **GOLFI-01** |
| | | Niveau 1<br>(Débutant-adultes) | | Dimanche<br>10 h à 11 h 15 | 90 $ | **GOLFI-02** |
| | | Niveau 2<br>(F-110 à 125)<br>(H-105 à 120) | | Dimanche<br>11 h 15 à 12 h 30 | 90 $ | **GOLFI-03** |
| | | Niveau 3<br>(F-105 à 115)<br>(H-95 à 105) | | Dimanche<br>12 h 30 à 13 h 45 | 90 $ | **GOLFI-04** |
| | | Pour tous | | Jeudi<br>19 h à 20 h | 90 $ | **GOLFI-05** |
| **Guitare acoustique**<br>S'adresse aux adultes de niveau débutant et aux amateurs ayant des notions de base.<br>Niveau 1 : débutant<br>Niveau 2 : avoir déjà suivi 1 cours*<br>Niveau 3 : avoir déjà suivi 2 cours*<br>*Les personnes doivent avoir maintenu leur pratique. | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | 13 ans et +<br>Niveau 1 | 17 septembre au 19 novembre | Mercredi<br>18 h 15 à 19 h 15 | 75 $ | **GUIT-01** |
| | | 13 ans et +<br>Niveau 2 | | Mercredi<br>19 h 15 à 20 h 15 | 75 $ | **GUIT-02** |
| | | Adultes<br>Niveau 3 | | Mercredi<br>20 h 15 à 21 h 15 | 75 $ | **GUIT-03** |
| | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | 13 ans et +<br>Niveau 1 | 16 septembre au 18 novembre | Mardi<br>18 h 15 à 19 h 15 | 75 $ | **GUIT-04** |
| | | 13 ans et +<br>Niveau 2 | | Mardi<br>19 h 15 à 20 h 15 | 75 $ | **GUIT-05** |
| | | 13 ans et +<br>Niveau 3 | | Mardi<br>20 h 15 à 21 h 15 | 75 $ | **GUIT-06** |
| **Hockey cosom libre**<br>***Priorité aux résidents de Mirabel** | **Mirabel-en-Haut**<br>École Mer-et-Monde | 7 à 12 ans | 16 septembre au 16 décembre et 13 janvier au 26 mai | Mardi<br>18 h 30 à 20 h | 7 à 12 ans : 1 $ | N/D |
| | **Saint-Augustin**<br>École Prés-Fleuris | 6 à 11 ans | 19 septembre au 19 décembre et 16 janvier au 19 juin | Vendredi<br>18 h à 19 h 30 | 6 à 15 ans : 1 $ | N/D |
| | | 12 à 15 ans | | Vendredi<br>19 h 30 à 21 h | | |
| | **Sainte-Scholastique**<br>École Sainte-Scholastique | 8 à 15 ans<br>(avec parent) | 18 septembre au 18 décembre et 15 janvier au 14 mai | Jeudi<br>18 h 30 à 20 h | 8 à 18 ans : 1 $<br>19 ans et + : 3 $ | N/D |
| | | 16 ans et + | | Jeudi<br>20 h à 21 h 30 | Non-rés. : 6 $ | |
| **Hockey libre sur glace**<br>***Priorité aux résidents de Mirabel** | **Saint-Janvier**<br>Aréna du complexe du Val-d'Espoir | 18 ans et + | 2 septembre au 15 mai<br>Relâche : 10 octobre; 14, 21 novembre; 23, 26 décembre; 2, 27, 30 janvier; 27 mars; 7 avril | Mardi et vendredi<br>12 h à 13 h | 7 $ / séance<br>14 $/ séance. pour non-rés. | N/D |
| | **Saint-Canut**<br>Aréna de Saint-Canut | 18 ans et + | 4 septembre au 2 avril<br>Relâche : 25 décembre et 1er janvier | Jeudi<br>10 h 30 à 12 h | 7 $ / séance<br>14 $/ séance. pour non-rés. | N/D |

# ÉVENTAIL D'ACTIVITÉS Horaire des inscriptions en page 2

| Titre et description | Endroit | Âge | Période | Jour et heure | Coût | Code internet |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Judo – Éveil 3 à 5 ans**<br>Cours adapté pour les petits, comprenant le développement moteur, la latéralité (gauche, droite), la discipline individuelle et de groupe. Avec une base technique de 3 mouvements debout et au sol. Présenté sous forme de jeux éducatifs.<br>(12 semaines). | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel Joseph-Savard | 3 à 5 ans<br>Niveau 1 | 27 septembre au 13 décembre | Samedi<br>9 h à 10 h | 55 $ | **JUDO-01** |
| | | 3 à 5 ans<br>Niveau 2 | | Samedi<br>10 h à 11 h | 55 $ | **JUDO-02** |
| **Judo – 6 à 8 ans**<br>Cours présenté sous forme de jeux éducatifs. Plusieurs activités motrices et correctives pour l'apprentissage de la base technique en judo. Beaucoup de jeux participatifs et de plaisir.<br>(12 semaines) | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel Joseph-Savard | 6 à 8 ans<br>Niveau 1 | 23 septembre au 9 décembre | Mardi<br>18 h à 19 h | 60 $ | **JUDO-03** |
| | | 6 à 8 ans<br>Niveau 2 | 27 septembre au 13 décembre | Samedi<br>11 h à 12 h | 60 $ | **JUDO-04** |
| **Judo – 9 à 11 ans**<br>Cours éducatif, ludique et progressif qui mène vers la connaissance et l'application des techniques. Approfondissement de la discipline, méditation, focus, jeux et initiatives progressives aux démonstrations de combats et/ou compétitions.<br>(12 semaines) | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel Joseph-Savard | 9 à 11 ans<br>Niveau 1 et 2 | 23 septembre au 9 décembre | Mardi<br>19 h à 20 h | 65 $ | **JUDO-05** |
| | | | 27 septembre au 13 décembre | Samedi<br>12 h à 13 h | 65 $ | **JUDO-06** |
| **Judo – 12 à 17 ans**<br>Cours de judo récréatif, éducatif et formatif... Enfin une formule pour les ados! Jeux en groupe, apprentissage et perfectionnement technique, participation récréative et/ou compétitive. Discipline de groupe, méditation et démonstrations.<br>(12 semaines) | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel Joseph-Savard | 12 à 17 ans<br>Niveau 1 et 2 | 23 septembre au 9 décembre | Mardi<br>20 h à 21 h 15 | 80 $ | **JUDO-07** |
| | | | 27 septembre au 13 décembre | Samedi<br>13 h 30 à 15 h | 80 $ | **JUDO-08** |
| **Judo – 18 ans et +**<br>Groupe récréatif avec la possibilité d'un volet démonstratif, compétitif et participatif. Ce programme « En forme pour la vie » vous offre de bouger afin de retrouver le plaisir de la forme physique grâce à la pratique des techniques et formes de judo.<br>(12 semaines) | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel Joseph-Savard | Adultes<br>Niveau 1 et 2 | 23 septembre au 9 décembre | Mardi<br>20 h à 21 h 15 | 140 $ | **JUDO-09** |
| | | | 27 septembre au 13 décembre | Samedi<br>13 h 30 à 15 h | 140 $ | **JUDO-10** |

| Titre et description | Endroit | Âge | Période | Jour et heure | Coût | Code internet |
|---|---|---|---|---|---|---|

**Le Ju-jitsu est l'encyclopédie des arts martiaux. On y retrouve les atemis (frappe), les nage waza (projection) et le Kensetsu waza (clé de bras et autres). Méthode de défense, de contrôle et de démonstration par excellence pour son efficacité. Apprentissage par le jeu et la méditation.**

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Ju-jitsu – 7 à 12 ans**<br>Cours de conditionnement physique adapté pour la pratique du Ju-Jitsu. Apprentissage de techniques et suivis stricts de la discipline et des règles de pratique. Jeux ludiques et éducatifs occasionnels. (12 semaines). | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel Joseph-Savard | 7 à 12 ans<br>Niveau 1 | 25 septembre au 11 décembre | Jeudi<br>18 h à 19 h 15 | 80 $ | **JUDO-11** |
| | | 10 à 12 ans<br>Niveau 2 | 27 septembre au 13 décembre | Samedi<br>15 h à 16 h 15 | 80 $ | **JUDO-12** |
| **Ju-jitsu – 13 ans et +**<br>Conditionnement physique, jeux, techniques dynamiques de frappes, de projections et de clés articulaires, le tout pratiqué dans un très grand respect des formes, de l'aspect et de l'esprit martial. Discipline sportive pour développer l'art de la paix. (12 semaines). | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel Joseph-Savard | 13 ans et + | 25 septembre au 11 décembre | Jeudi<br>19 h 15 à 20 h 30 | 80 $ | **JUDO-13** |
| | | | 27 septembre au 13 décembre | Samedi<br>15 h à 16 h 30 | 80 $ | **JUDO-14** |
| **Judo Kubudo**<br>**Armes traditionnelles japonaises.**<br>Cours accessibles à tous les pratiquants d'arts martiaux. Déplacements de base, prises et maintien des armes, coups frappés... Initiation au Bokken, Bo, Shinai, Katana, etc.<br>(12 semaines). | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel Joseph-Savard | 12 ans et + | 25 septembre au 11 décembre | Jeudi<br>20 h 30 à 21 h 30 | 80 $ | **JUDO-15** |
| **Judo après l'école**<br>Permettez à vos enfants de canaliser leur trop-plein d'énergie à travers nos cours mixtes d'arts martiaux. Ils passeront un bon moment à bouger, faire de l'exercice et même s'initier au judo/ju-jitsu. Nos cours sont axés sur les jeux, ainsi que sur les activités récréatives, ludiques et surtout sportives. (12 semaines). | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel Joseph-Savard | 7 à 13 ans | 23 septembre au 9 décembre | Mardi<br>15 h à 16 h | 80 $ | **JUDO-16** |
| | | | | Mardi<br>16 h à 17 h | 80 $ | **JUDO-17** |
| | | | 25 septembre au 11 décembre | Jeudi<br>15 h à 16 h | 80 $ | **JUDO-18** |
| | | | | Jeudi<br>16 h à 17 h | 80 $ | **JUDO-19** |
| **« Kangoo jumps »**<br>Cours unique! Nouvellement offert au Québec! On s'amuse tout en s'entraînant avec des supers bottes trampolines. Technique qui permet de brûler plus de calorires tout en réduisant de 80 % l'impact sur tout le corps. Accessible à tous. Les bottes trampolines sont fournies. | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | Parent-enfant<br>(6 ans et +) | 20 septembre au 6 décembre<br>Relâche : 11 et 25 octobre | Samedi<br>10 h à 10 h 45 | 45 $<br>6 à 17 ans | **KANG-01** |
| | | Adultes | | | 80 $<br>18 ans et + | **KANG-02** |
| | | Adultes | | Samedi<br>11 h à 12 h | 80 $ | **KANG-03** |
| | **Saint-Canut**<br>Centre culturel Patrick-Lepage | Parent-enfant<br>(6 ans et +) | 17 septembre au 19 novembre | Mercredi<br>18 h à 18 h 45 | 45 $<br>6 à 17 ans | **KANG-04** |
| | | | | | 80 $<br>18 ans et + | **KANG-05** |
| | | Adultes | 17 septembre au 19 novembre | Mercredi<br>19 h à 20 h | 80 $ | **KANG-06** |
| | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | Parent-enfant<br>(6 ans et +) | 18 septembre au 20 novembre | Jeudi<br>18 h à 18 h 45 | 45 $<br>6 à 17 ans | **KANG-07** |
| | | | | | 80 $<br>18 ans et + | **KANG-08** |
| | | Adultes | 18 septembre au 20 novembre | Jeudi<br>19 h à 20 h | 80 $ | **KANG-09** |
| | **Mirabel-en-Haut**<br>Salle polyvalente de l'école Mer-et-Monde | Parent-enfant<br>(6 ans et +) | 15 septembre au 24 novembre<br>Relâche : 13 octobre | Lundi<br>18 h 30 à 19 h 15 | 45 $<br>6 à 17 ans | **KANG-10** |
| | | | | | 80 $<br>18 ans et + | **KANG-11** |
| | | Adultes | 15 septembre au 24 novembre<br>Relâche : 13 octobre | Lundi<br>19 h 30 à 20 h 30 | 80 $ | **KANG-12** |

# ÉVENTAIL D'ACTIVITÉS Horaire des inscriptions en page 2

| Titre et description | Endroit | Âge | Période | Jour et heure | Coût | Code internet |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Karaté**<br>**Style Shorinjiryu**<br>(12 semaines) | **Saint-Augustin**<br>Gymnase de l'école de la Clé-des-Champs | 6 à 8 ans | 22 septembre au 11 décembre | Lundi et jeudi | 80 $ | **KARSTA-01** |
| | | 9 à 12 ans | | | 80 $ | **KARSTA-02** |
| | | 13 à 17 ans | | | 80 $ | **KARSTA-03** |
| | | Adultes | | | 95 $ | **KARSTA-04** |
| **Karaté**<br>**Style Kenpo**<br>(12 semaines) | **Saint-Benoît**<br>Gymnase de l'école Girouard | 6 ans et +<br>(Débutant) | 23 septembre au 11 décembre | Mardi et jeudi<br>18 h 30 à 19 h 30 | 60 $ | **KARSTB-01** |
| | | Adultes | | | 80 $ | **KARSTB-02** |
| | | 6 ans et +<br>(Avancé) | 23 septembre au 11 décembre | Mardi et jeudi<br>19 h 30 à 20 h 30 | 60 $ | **KARSTB-03** |
| | | Adultes | | | 80 $ | **KARSTB-04** |
| **Karaté**<br>**Style Shotokan (ask)**<br>(12 semaines) | **Saint-Canut**<br>Gymnase de l'école Sainte-Anne | 5 à 10 ans<br>(Parent-enfant) | 22 septembre au 11 décembre | Lundi et jeudi<br>18 h à 18 h 45 | 60 $ | **KARSTC-01** |
| | | 11 à 17 ans<br>(Déb. - inter.) | | Lundi et jeudi<br>18 h 45 à 20 h 30 | 60 $ | **KARSTC-02** |
| | | Adultes | | Lundi et jeudi<br>18 h 45 à 20 h 30 | 80 $ | **KARSTC-03** |
| | | 11 à 17 ans<br>(Avancé) | | Lundi et jeudi<br>18 h 45 à 20 h 30 | 60 $ | **KARSTC-04** |
| | | Adultes | | Lundi et jeudi<br>18 h 45 à 20 h 30 | 80 $ | **KARSTC-05** |
| **Karaté**<br>Pour les cours de niveau initiation, la participation des parents est facultative à la fin du cours.<br>(12 semaines) | **Saint-Janvier**<br>Gymnase de l'école à l'Unisson | 4-5 ans<br>(Initiation) | 27 septembre au 13 décembre | Samedi<br>8 h 15 à 9 h | 60 $ | **KARSTJ-01** |
| | | 6-7 ans<br>(Initiation) | | Samedi<br>9 h à 9 h 45 | 60 $ | **KARSTJ-02** |
| | | 5 à 7 ans<br>(Initiation) | 24 septembre au 10 décembre | Mercredi<br>17 h 45 à 18 h 30 | 60 $ | **KARSTJ-03** |
| | | 8 à 17 ans | 27 septembre au 13 décembre | Samedi<br>9 h 45 à 10 h 45 | 60 $ | **KARSTJ-04** |
| | | Adultes | | | 80 $ | **KARSTJ-05** |
| **Karaté**<br>**Style Shorinjiryu heijoshin**<br>(12 semaines) | **Sainte-Scholastique**<br>Gymnase de l'école Sainte-Scholastique | 4 à 7 ans<br>(Parent-enfant) | 27 septembre au 13 décembre | Samedi<br>9 h à 10 h | 60 $ | **KARSTS-01** |
| | | 8 à 17 ans | 22 septembre au 13 décembre | Lundi<br>19 h à 20 h 30<br>et<br>Samedi<br>10 h 30 à 11 h 30 | 60 $ | **KARSTS-02** |
| | | Adultes | | | 80 $ | **KARSTS-03** |

| Titre et description | Endroit | Âge | Période | Jour et heure | Coût | Code internet |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Marmitons (Les)**<br>Cours pratiques permettant aux jeunes d'apprendre les règles de sécurité en cuisine. Réalisation de recettes simples. | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | 6 à 9 ans | 17 septembre au 19 novembre | Mercredi<br>18 h 30 à 19 h 30 | 50 $ | **MARM-01** |
| | | 10 à 12 ans | | Mercredi<br>19 h 30 à 20 h 30 | 50 $ | **MARM-02** |
| **Patinage pour bouts de chou**<br>Apprentissage du patin sur glace, 30 min./groupe de 10 enfants. Casque, vêtements chauds, patins lacés et mitaines obligatoires. (12 semaines)<br>**Aucun parent sur la patinoire et sur le côté des bandes.**<br>**Votre groupe sera confirmé dans la semaine du 15 ou du 22 septembre.** | **Saint-Augustin**<br>Aréna du complexe Jean-Laurin | 3 à 5 ans | 26 septembre au 12 décembre | Vendredi<br>À partir de 8 h 30 | 35 $ | **PATBC-01** |
| | **Saint-Janvier**<br>Aréna du complexe du Val-d'Espoir | 3 à 5 ans | 22 septembre au 8 décembre | Lundi<br>À partir de 8 h 30 | 35 $ | **PATBC-02** |
| | | 3 à 5 ans | 26 septembre au 12 décembre | Vendredi<br>À partir de 8 h 30 | 35 $ | **PATBC-03** |
| | **Saint-Canut**<br>Aréna de Saint-Canut | 3 à 5 ans | 26 septembre au 12 décembre | Vendredi<br>À partir de 8 h 30 | 35 $ | **PATBC-04** |
| **Patinage libre 50 ans et +** | **Saint-Augustin**<br>Aréna du complexe Jean-Laurin | 50 ans et + | 2 septembre au 2 avril<br>Relâche : 25 décembre et 1er janvier | Mardi et jeudi<br>9 h à 10 h 30 | Gratuit | N/D |
| | **Saint-Janvier**<br>Aréna du complexe du Val-d'Espoir | | 3 septembre au 10 juin<br>Relâche : 3, 24, 31 décembre | Mercredi<br>12 h à 13 h | Gratuit | N/D |
| | **Saint-Canut**<br>Aréna de Saint-Canut | | 1er septembre au 2 avril<br>Relâche : 24, 25, 31 décembre et 1er janvier | Lundi, mercredi et jeudi<br>9 h à 10 h 30 | Gratuit | N/D |
| **Patinage familial libre**<br>**Journées de relâche pour le secteur de Saint-Janvier :**<br>11 et 25 septembre, 9 et 23 octobre, 6 novembre, 11, 23 et 25 décembre, 1er, 15, 18 et 25 janvier, 1er, 5, 22 et 26 février, 12 et 26 mars, ainsi que le 2 avril | **Saint-Janvier**<br>Aréna du complexe du Val-d'Espoir | Famille | 2 septembre au 2 avril | Mardi<br>15 h à 16 h 30<br>Jeudi<br>15 h à 16 h<br>Dimanche<br>16 h à 17 h 30 | Gratuit | N/D |
| | **Saint-Canut**<br>Aréna de Saint-Canut | | 1er septembre au 1er avril<br>Relâche : 9 novembre; 24, 31 décembre; 18, 25 janvier | Lundi<br>15 h à 16 h<br>Mercredi<br>15 h à 16 h 30<br>Dimanche<br>13 h à 14 h 30 | Gratuit | N/D |
| | **Saint-Augustin**<br>Aréna du complexe Jean-Laurin | | 2 septembre au 3 avril<br>Relâche : 23, 26 décembre et 2, 18, 25 janvier | Mardi<br>15 h à 16 h<br>Vendredi<br>15 h à 16 h<br>Dimanche<br>15 h à 16 h 30 | Gratuit | N/D |
| **Patinage libre**<br>Avec bébé en poussette et enfant du préscolaire. | **Saint-Augustin**<br>Aréna du complexe Jean-Laurin | Parent avec enfant de moins de 5 ans | 3 septembre au 1er avril<br>Relâche : 24, 31 décembre | Mercredi<br>14 h 30 à 16 h | Gratuit | N/D |
| | **Saint-Janvier**<br>Aréna du complexe du Val-d'Espoir | | 1er septembre au 8 juin<br>Relâche : 5 janvier; 16 février; 9 mars; 27 avril | Lundi<br>12 h à 13 h | Gratuit | N/D |
| | **Saint-Canut**<br>Aréna de Saint-Canut | | 4 septembre au 2 avril<br>Relâche : 25 décembre et 1er janvier | Jeudi<br>13 h 30 à 15 h | Gratuit | N/D |

| Titre et description | Endroit | Âge | Période | Jour et heure | Coût | Code internet |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Peinture aquarelle**<br>Découverte de la peinture à l'aquarelle comme moyen d'expression artistique, et utilisation d'outils permettant différentes techniques. Démonstrations suivies de pratiques.<br>La liste du matériel est disponible sur le site Internet de la Ville :<br>www.ville.mirabel.qc.ca<br>**Matériaux aux frais des participants.**<br>(10 semaines) | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | Adultes | 23 septembre au 25 novembre | Mardi<br>13 h à 16 h | 110 $ | **PEINTA-01** |
| | | | | Mardi<br>18 h à 21 h | 110 $ | **PEINTA-02** |
| **Peinture/Création d'une œuvre collective**<br>**Projet intergénérationnel**<br>Dans une atmosphère ludique, à travers la réalisation d'une œuvre collective, en peinture et collage, en plus d'explorer le dessin et la peinture, l'enfant développe son esprit d'équipe et contribue à un projet intergénérationnel. Chacun des participants retourne à la maison avec ses dessins et une petite reproduction couleur de la fresque. La fresque sera présentée lors de l'exposition annuelle et sera mise aux enchères.<br>* **Les jeunes de 5 à 7 ans devront être accompagnés d'un adulte (1 parent pour 1 famille)**<br>NOUVEAU | **Saint-Benoît**<br>Centre culturel René-Laurin | 8 à 10 ans | 28 septembre au 23 novembre<br>Relâche : 12 octobre | Dimanche<br>10 h à 11 h 15 | 50 $<br>Prévoir l'achat de matériel | **PEINTOC-01** |
| | | 5 à 7 ans* | | Dimanche<br>11 h 30 à 12 h 30 | 50 $<br>Prévoir l'achat de matériel | **PEINTOC-02** |
| **Peinture créative**<br>Le participant fera l'expérience de plusieurs approches de la peinture créative à travers différentes techniques. Notions de base de couleurs et composition pour atteindre l'autonomie dans la création de tableaux personnalisés.<br>La liste du matériel est disponible sur le site Internet de la Ville :<br>www.ville.mirabel.qc.ca<br>**Matériaux aux frais des participants.**<br>NOUVEAU | **Saint-Benoît**<br>Centre culturel René-Laurin | Adultes | 24 septembre au 26 novembre | Mercredi<br>19 h à 22 h | 110 $ | **PEINTC-01** |
| **Peinture à l'huile**<br>La liste du matériel est disponible sur le site Internet de la Ville :<br>www.ville.mirabel.qc.ca<br>**Matériaux aux frais des participants.**<br>(12 semaines) | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | Adultes | 16 septembre au 2 décembre | Mardi<br>12 h 30 à 15 h 30 | 125 $ | **PEINTH-01** |
| | **Saint-Augustin**<br>Complexe Jean-Laurin<br>(en haut de l'aréna) | Adultes | | Mardi<br>18 h 30 à 21 h 30 | 125 $ | **PEINTH-02** |
| | **Saint-Canut**<br>Centre culturel Patrick-Lepage | Adultes | 17 septembre au 3 décembre | Mercredi<br>19 h à 22 h | 125 $ | **PEINTH-03** |
| | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | Adultes | 15 septembre au 8 décembre<br>Relâche : 13 octobre | Lundi<br>12 h 30 à 15 h 30 | 125 $ | **PEINTH-04** |
| | | | 17 septembre au 3 décembre | Mercredi<br>18 h 30 à 21 h 30 | 125 $ | **PEINTH-05** |

| Titre et description | Endroit | Âge | Période | Jour et heure | Coût | Code internet |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Peinture – Jeunes – Éveil artistique**<br>Exploration de divers médiums (gouache, collage, dessin).<br>La liste du matériel est disponible sur le site Internet de la Ville :<br>www.ville.mirabel.qc.ca<br>**Matériaux aux frais des participants.** | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel Joseph-Savard | 5 à 7 ans | 4 octobre au 13 décembre<br>Relâche : 11 octobre | Samedi<br>11 h 30 à 12 h 30 | 45 $ | **PEINTEA-01** |
| **Peinture – Jeunes – Exploration**<br>Chaque semaine, les jeunes explorent les courants artistiques et la vie de grands maîtres anciens tels que Manet, Picasso, Warhol, etc. Apprentissage de leur histoire et observation de leurs œuvres. Puis, à leur façon, les participants interprètent une des œuvres des maîtres qu'ils auront étudiés. Exposition à la fin de l'activité.<br>La liste du matériel est disponible sur le site Internet de la Ville :<br>www.ville.mirabel.qc.ca<br>**Matériaux aux frais des participants.** | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel Joseph-Savard | 10 à 14 ans | 4 octobre au 13 décembre<br>Relâche : 11 octobre | Samedi<br>12 h 30 à 14 h | 50 $ | **PEINTE-01** |
| **Peinture – Jeunes**<br>**Cours de peinture à l'acrylique**<br>Exploration et apprentissage de techniques de base et intermédiaires en peinture à l'acrylique, au rythme de chacun des participants.<br>La liste du matériel est disponible sur le site Internet de la Ville :<br>www.ville.mirabel.qc.ca<br>**Matériaux aux frais des participants.** | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel Joseph-Savard | 7 à 14 ans | 4 octobre au 13 décembre<br>Relâche : 11 octobre | Samedi<br>14 h à 15 h 30 | 50 $ | **PEINTAC-01** |
| **Photographie numérique (La) (niveau 1)**<br>Pour les appareils compacts évolués et reflex. Ce cours permet d'approfondir les éléments suivants : paramètres techniques, capteurs et bruits, contrôle de l'exposition, composition et impact visuel, retouches faciles, etc.<br>Apportez votre appareil photo et son manuel d'utilisation. | **Saint-Canut**<br>Centre culturel Patrick-Lepage | Adultes | 15 septembre au 8 décembre<br>Relâche : 13 octobre | Lundi<br>19 h à 21 h 30 | 100 $ | **PHOTO-01** |
| **Photographie numérique (La) (niveau 2)**<br>Avec cet atelier pratico-pratique, vous participerez à des mini-excursions de photographie à « l'heure magique » et à « l'heure bleue », ainsi qu'à des séances de « photo portrait » à l'intérieur et à l'extérieur, des diaporamas et discussions. | **Saint-Canut**<br>Centre culturel Patrick-Lepage | Adultes | 17 septembre au 3 décembre<br>Relâche : 13 octobre | Mercredi<br>19 h à 21 h 30 | 100 $ | **PHOTO-02** |

# ÉVENTAIL D'ACTIVITÉS Horaire des inscriptions en page 2

| Titre et description | Endroit | Âge | Période | Jour et heure | Coût | Code internet |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Pickleball libre**<br>Le pickleball est un jeu réunissant certaines caractéristiques d'autres sports de raquette, à savoir le tennis, le badminton et le racquetball. | **Saint-Janvier**<br>École secondaire de Mirabel | Adultes | 21 septembre au 14 décembre | Dimanche<br>14 h à 16 h | 3 $/18 ans et +<br>6 $/non rés. | N/D |
| **Pilates**<br>Exercices au sol pour renforcer et tonifier les muscles abdominaux et dorsaux, ainsi que pour améliorer la souplesse. | **Mirabel-en-Haut**<br>Gymnase de l'école Mer-et-Monde | Adultes | 17 septembre au 19 novembre | Mercredi<br>19 h à 20 h | 80 $ | **PIL-01** |
| | | | | Mercredi<br>20 h à 21 h | 80 $ | **PIL-02** |
| | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | Adultes | 18 septembre au 20 novembre | Jeudi<br>19 h à 20 h | 80 $ | **PIL-03** |
| | | | | Jeudi<br>20 h à 21 h | 80 $ | **PIL-04** |
| | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | Adultes | 15 septembre au 24 novembre<br>Relâche : 13 octobre | Lundi<br>19 h à 20 h | 80 $ | **PIL-05** |
| | | | | Lundi<br>20 h à 21 h | 80 $ | **PIL-06** |
| **Secouristes avertis**<br>Incluant le matériel nécessaire au cours : livre et trousse. | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | 10 à 15 ans | 26 octobre | Dimanche<br>8 h à 12 h | 25 $ | **SECA-01** |
| **Respiration et relaxation**<br>Augmentez votre niveau d'énergie grâce à l'apprentissage de diverses méthodes de respiration. Les cours se terminent par une rélaxation hypnotique pour se libérer des tensions. Prévoir une tenue vestimentaire confortable. (7 semaines) | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | Adultes | 23 septembre au 4 novembre | Mardi<br>19 h à 20 h 15 | 85 $ | **RESPI-01** |
| **Stretching**<br>Mouvements et techniques d'étirements simples permettant de bien se sentir dans son corps. (12 semaines) | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | Adultes | 17 septembre au 3 décembre | Mercredi<br>14 h 30 à 16 h | 110 $<br>12 semaines | **STRET-01** |
| **« Stretch » yoga**<br>Combinaison d'étirements et de yoga. Améliore la souplesse, favorise la concentration et active l'énergie. Vous devez porter une tenue confortable. (12 semaines) | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | Adultes | 15 septembre au 24 novembre<br>Relâche : 13 octobre | Lundi<br>19 h 30 à 21 h 30 | 85 $ | **STRETY-01** |
| **Tai-chi (multiniveaux)** | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | Adultes | 16 septembre au 18 novembre | Mardi<br>19 h à 21 h | 85 $ | **TAICHI-01** |

| Titre et description | Endroit | Âge | Période | Jour et heure | Coût | Code internet |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Touche-à-tout (atelier annuel)**<br>Activité pour les enfants qui iront à l'école en septembre 2014. Apprentissage, jeux et notions éducatives sont au programme. Les enfants doivent apporter des souliers, un tablier et un lunch pour le dîner.<br>***Veuillez prendre note que pour les secteurs de Saint-Canut et de Saint-Janvier, les enfants de 4 ans ne peuvent pas être inscrits aux « Bouts de chou » et aux « Touche-à-tout » en même temps.** | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | 4-5 ans | 16 septembre au 11 décembre et 13 janvier au 11 juin<br>Relâche : 2 au 6 mars | Mardi et jeudi<br>11 h 30 à 15 h 30 | 375 $ | **TOUC-01** |
| | **Saint-Benoît**<br>Centre culturel René-Laurin | 4-5 ans | 15 septembre au 15 décembre et 12 janvier au 15 juin<br>Relâche : 13 octobre et du 2 au 6 mars | Lundi et mercredi<br>11 h 30 à 15 h 30 | 375 $ | **TOUC-02** |
| | **Saint-Canut***<br>Centre culturel Patrick-Lepage | 4-5 ans | 16 septembre au 11 décembre et 13 janvier au 11 juin<br>Relâche : 2 au 6 mars | Mardi et jeudi<br>11 h 30 à 15 h 30 | 375 $ | **TOUC-03** |
| | **Saint-Janvier***<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | 4-5 ans | 15 septembre au 15 décembre et 12 janvier au 15 juin<br>Relâche : 13 octobre et du 2 au 6 mars | Lundi et mercredi<br>11 h 30 à 15 h 30 | 375 $ | **TOUC-04** |
| **Tour du monde de Karibou (Le)**<br>Par une série de parcours, de jeux, d'exercices et d'animation, les tout-petits sont invités à courir, sauter, danser, rouler et grimper.<br><br>Les activités visent à développer les habiletés motrices et permettent aux enfants de ressentir la fierté liée à la réussite personnelle, renforçant ainsi leur estime de soi. L'ambiance y est stimulante et souvent agrémentée de musique. L'objectif premier est de s'amuser, tout simplement!<br><br>**La présence d'un parent est requise.** | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | 12 à 16 mois<br>**Poussins coquins** | 20 septembre au 6 décembre<br>Relâche : 11, 25 octobre | Samedi<br>8 h 30 à 9 h 20 | 50 $ (Incluant le cahier, l'aimant et une carte d'accès Internet pour la durée de la session) | **KARIB-01** |
| | | 16 à 20 mois<br>**Lapins taquins** | | Samedi<br>**9 h 30 à 10 h 20** | | **KARIB-02** |
| | | 20 à 24 mois<br>**Ratons fripons** | | Samedi<br>**10 h 30 à 11 h 20** | | **KARIB-03** |
| | | 2 ans à 2 ans et demi<br>**Oursons mignons** | | Samedi<br>11 h 30 à 12 h 20 | | **KARIB-04** |
| | | 2 ans et demi à 3 ans<br>**P'tits loups filous** | | Samedi<br>12 h 30 à 13 h 20 | | **KARIB-05** |
| | | 3 à 4 ans<br>**Renards débrouillards** | | Samedi<br>**13 h 30 à 14 h 20** | | **KARIB-06** |
| | | 3 à 4 ans<br>**Renards débrouillards (option soccer)** | | Samedi<br>**14 h 30 à 15 h 20** | | **KARIB-07** |
| **Vins 1 (À la découverte des)**<br>Explications sur l'origine des vins, les accords mets et vins, et dégustation occasionnelles au cours de la session. | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | Adultes | 22 septembre, 6 et 20 octobre, 3 et 17 novembre, et le 1er décembre (6 cours) | Lundi<br>19 h à 21 h | 90 $ | **VINS1-01** |
| **Vins 2 (À la découverte des)**<br>Explications sur l'origine des vins, les accords mets et vins. Dégustations dans la plupart des cours.<br><br>**Prérequis : avoir suivi une session du cours Vins 1.** | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | Adultes | 23 septembre, 7 et 21 octobre, 4 et 18 novembre, et le 2 décembre (6 cours) | Mardi<br>19 h à 21 h | 90 $ | **VINS2-01** |

# ÉVENTAIL D'ACTIVITÉS Horaire des inscriptions en page 2

| Titre et description | Endroit | Âge | Période | Jour et heure | Coût | Code internet |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Volleyball libre**<br>***Priorité aux résidents de Mirabel** | **Saint-Janvier**<br>École aux Quatre-Vents | 15 ans et + | 17 septembre au 17 décembre et 14 janvier au 27 mai | Mercredi<br>20 h à 22 h 30 | 1 $/séance/ 15 à 17 ans<br>3 $/séance/ 18 ans et +<br>6 $/non rés. | N/D |
| | **Sainte-Scholastique**<br>École Sainte-Scholastique | Adultes<br>18 ans et + | 16 septembre au 16 décembre et 13 janvier au 26 mai | Mardi<br>19 h à 21 h 30 | 3 $/séance/ 18 ans et +<br>6 $/non rés. | N/D |
| **Yoga maman-bébé**<br>Se fait avec ou sans son bébé âgé de 0 à 6 mois. Pour retrouver sa forme après l'acccouchement, et divertir la mère et son enfant. (12 semaines) | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | Adultes | 17 septembre au 3 décembre | Mercredi<br>9 h 30 à 10 h 30 | 95 $ | **YOGMB-01** |
| **Yoga multiniveaux**<br>À travers l'apprentissage du yoga, le participant explore divers thèmes, tels les mouvements de la colonne vertébrale, de la mise en forme et des muscles, lui permettant d'en tirer le maximum de bienfaits. | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | Adultes | 18 septembre au 20 novembre | Jeudi<br>13 h à 14 h 30 | 95 $ | **YOGM-01** |
| | | | | Jeudi<br>17 h à 18 h 30 | 95 $ | **YOGM-02** |
| | | | | Jeudi<br>20 h à 21 h 30 | 95 $ | **YOGM-03** |
| | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | Adultes | 17 septembre au 3 décembre | Mercredi<br>10 h 30 à 12 h | 110 $<br>12 semaines | **YOGM-04** |
| | | | | Mercredi<br>18 h 15 à 19 h 45 | 110 $<br>12 semaines | **YOGM-05** |
| | | | | Mercredi<br>19 h 45 à 21 h 15 | 110 $<br>12 semaines | **YOGM-06** |
| **Yoga prénatal**<br>Techniques de relaxation et de respiration, ainsi que des postures de yoga pour la femme enceinte. Apporte confort, énergie et calme pendant la grossesse. | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | Adultes | 17 septembre au 3 décembre | Mercredi<br>13 h à 14 h 30 | 110 $<br>12 semaines | **YOGP-01** |
| | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | Adultes | 18 septembre au 20 novembre | Jeudi<br>18 h 30 à 20 h | 95 $<br>10 semaines | **YOGP-02** |
| **Zumba**<br>Apprentissage de différents pas de danses latines sur des musiques rythmées. Danse individuelle.<br>(12 semaines)<br><br>**Secteur de Saint-Canut : Marilou**<br>**Secteur de Saint-Hermas : Chantal**<br>**Secteur de Mirabel-en-Haut : à confirmer** | **Mirabel-en-Haut**<br>École Mer-et-Monde | 16 ans et +<br>Multiniveaux | 16 septembre au 2 décembre | Mardi<br>19 h 30 à 20 h 30 | 50 $/16-17 ans | **ZUM-01** |
| | | | | | 90 $/18 ans + | **ZUM-02** |
| | **Saint-Canut**<br>Centre culturel Patrick-Lepage | 16 ans et +<br>Multiniveaux | 15 septembre au 8 décembre<br>Relâche : 13 octobre | Lundi<br>19 h à 20 h | 50 $/16-17 ans | **ZUM-03** |
| | | | | | 90 $/18 ans + | **ZUM-04** |
| | | | | Lundi<br>20 h à 21 h | 50 $/16-17 ans | **ZUM-05** |
| | | | | | 90 $/18 ans + | **ZUM-06** |
| | | | 18 septembre au 4 décembre | Jeudi<br>19 h à 20 h | 50 $/16-17 ans | **ZUM-07** |
| | | | | | 90 $/18 ans + | **ZUM-08** |
| | **Saint-Hermas**<br>Centre culturel Honorius-Lafond | 16 ans et +<br>Multiniveaux | 16 septembre au 2 décembre | Mardi<br>19 h à 20 h | 50 $/16-17 ans | **ZUM-09** |
| | | | | | 90 $/18 ans + | **ZUM-10** |

| Titre et description | Endroit | Âge | Période | Jour et heure | Coût | Code internet |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Zumba**<br>Apprentissage de différents pas de danses latines sur des musiques rythmées. Danse individuelle.<br>(12 semaines)<br><br>**Secteur de Saint-Benoît : Chantal**<br>**Secteur de Saint-Augustin : Véronique, le lundi, et Julie, le mardi et le mercredi**<br>**Secteur de Saint-Janvier : Véronique** | **Saint-Benoît**<br>École Girouard | 16 ans et + Multiniveaux | 16 septembre au 2 décembre | Mardi<br>20 h 30 à 21 h 30 | 50 $/16-17 ans | **ZUM-11** |
| | | | | | 90 $/18 ans + | **ZUM-12** |
| | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | 16 ans et + Multiniveaux | 15 septembre au 8 décembre<br>Relâche : 13 octobre | Lundi<br>19 h 30 à 20 h 30 | 50 $/16-17 ans | **ZUM-13** |
| | | | | | 90 $/18 ans + | **ZUM-14** |
| | | | 15 septembre au 8 décembre<br>Relâche : 13 octobre | Lundi<br>20 h 30 à 21 h 30 | 50 $/16-17 ans | **ZUM-15** |
| | | | | | 90 $/18 ans + | **ZUM-16** |
| | | | 18 septembre au 4 décembre | Mercredi<br>19 h 45 à 20 h 45 | 50 $/16-17 ans | **ZUM-17** |
| | | | | | 90 $/18 ans + | **ZUM-18** |
| | **Saint-Augustin**<br>École la Clé-des-Champs | 16 ans et + Multiniveaux | 16 septembre au 2 décembre | Mardi<br>18 h 30 à 19 h 30 | 50 $/16-17 ans | **ZUM-19** |
| | | | | | 90 $/18 ans + | **ZUM-20** |
| | | | | Mardi<br>19 h 30 à 20 h 30 | 50 $/16-17 ans | **ZUM-21** |
| | | | | | 90 $/18 ans + | **ZUM-22** |
| | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | 16 ans et + Multiniveaux | 17 septembre au 3 décembre | Mercredi<br>19 h à 20 h | 50 $/16-17 ans | **ZUM-23** |
| | | | | | 90 $/18 ans + | **ZUM-24** |
| | | | | Mercredi<br>20 h à 21 h | 50 $/16-17 ans | **ZUM-25** |
| | | | | | 90 $/18 ans + | **ZUM-26** |
| **« Zumbatomic »**<br>Spécialement adapté aux besoins des jeunes qui veulent bouger au son de la musique entraînante.<br><br>**Secteur de Saint-Augustin : Julie**<br>**Secteur de Saint-Canut : Marilou** | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | 4 à 7 ans | 15 septembre au 8 décembre<br>Relâche : 13 octobre | Lundi<br>18 h à 18 h 45 | 40 $ | **ZUMAT-01** |
| | | 8 à 12 ans | | Lundi<br>18 h 45 à 19 h 30 | 40 $ | **ZUMAT-02** |
| | | 8 à 12 ans | 17 septembre au 3 décembre | Mercredi<br>18 h à 18 h 45 | 40 $ | **ZUMAT-03** |
| | | | | Mercredi<br>18 h 45 à 19 h 30 | 40 $ | **ZUMAT-04** |
| | **Mirabel-en-Haut**<br>École Mer-et-Monde | 7 à 12 ans | 16 septembre au 2 décembre | Mardi<br>18 h 45 à 19 h 30 | 40 $ | **ZUMAT-05** |
| | **Saint-Canut**<br>Centre culturel Patrick-Lepage | 7 à 12 ans | 18 septembre au 4 décembre | Jeudi<br>18 h 15 à 19 h | 40 $ | **ZUMAT-6** |
| **Zumba « Gold »**<br>Programme spécialement conçu pour les gens âgés de 50 ans et plus. Chorégraphies simples et adaptées. Parfait pour ceux qui recherchent l'esprit festif de la zumba, mais qui ont envie d'une activité moins intense comportant moins de sauts.<br>(10 semaines)<br><br>**Tous les secteurs : Maureen**<br><br>NOUVEAU | **Saint-Janvier**<br>Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir | 50 ans et + (débutant) | 23 septembre au 25 novembre | Mardi<br>13 h à 14 h | 70 $ | **ZUMGO-01** |
| | | 50 ans et + (inter. - avancé) | | Mardi<br>14 h à 15 h | 70 $ | **ZUMGO-02** |
| | **Saint-Augustin**<br>Centre culturel du complexe Jean-Laurin | 50 ans et + (débutant) | 25 septembre au 27 novembre | Jeudi<br>13 h à 14 h | 70 $ | **ZUMGO-03** |
| | | 50 ans et + (inter. - avancé) | | Jeudi<br>14 h à 15 h | 70 $ | **ZUMGO-04** |
| | **Saint-Canut**<br>Centre culturel Patrick-Lepage | 50 ans et + (débutant) | 22 septembre au 24 novembre | Lundi<br>13 h à 14 h | 70 $ | **ZUMGO-05** |
| | | 50 ans et + (inter. - avancé) | | Lundi<br>14 h à 15 h | 70 $ | **ZUMGO-06** |

# SOCCER FC CHALLENGER DE MIRABEL

**ACADÉMIE DE PERFORMANCE TECHNIQUE U5-U12 (années de naissance 2003 à 2010)**

**Programme de développement pour les jeunes de 4 à 12 ans**

Le programme a pour but d'enseigner et de développer la relation joueur ballon en lui offrant les méthodes efficaces de manipuler le ballon adéquatement avec toutes les surfaces de contact des pieds. Les joueurs seront placés dans des conditions de développement surtout axées sur le jeu afin de leur faire apprécier le sport et satisfaire leur besoin de bouger en s'amusant. Ils se développeront donc à l'intérieur d'une structure ludique. Les thèmes touchés sont directement reliés au SOCCER. *Notre priorité est le renforcement de la technique individuelle.*

Lieu : École secondaire de Mirabel (secteur St-Janvier)

Nombre de séances : 14 séances Début des séances : novembre 2014 Période : samedi matin

Durée : *U5-U6*, 60 minutes; *U7 et plus*, 75 minutes Horaire prévisionnel* : *Groupe 1* (2009-2010) : 9 h à 10 h *Groupe 2* (2003-2008) : 10 h 15 à 11 h 45

* L'horaire final sera établi selon le nombre de groupes formés.

**CENTRE DE FORMATION U6-U10 (années de naissance 2005 à 2009)**

**Ce programme a pour but de développer les aspects cognitifs DU JEU avec des schémas TECHNICO-TACTIQUES simples et progressifs**

Le fait de maîtriser ces notions fondamentales donnera aux joueurs les clés du jeu en équipe et leur permettra de résoudre efficacement toutes les situations auxquelles ils seront confrontés durant un match de soccer.

Horaire prévisionnel : 21 séances le mercredi soir, en gymnase, de 18 h à 19 h 15; 18 séances le dimanche matin, au Multisport de Saint-Eustache, de 8 h 30 à 10 h

Durée : 75 minutes Début : novembre 2014

**COMBO**

Inscrivez votre enfant à l'Académie ET au Centre de formation, et bénéficiez d'un rabais de 50 % sur le 2e programme! *

*Le rabais de 50 % est applicable sur le montant le moins élevé.

**PROGRAMMES D'ÉQUIPES A (D1 ET D2) ET AA – Automne et hiver 2014-2015**

Plus de renseignements dès la fin août sur notre site Internet : www.soccermirabel.com

**Évaluations U9 à U11 féminin et masculin (années de naissance 2004-2006)**

Les 12 et 19 septembre, au parc Cardinal, sur terrain synthétique, de 18 h 30 à 19 h 45

**Pour plus de détails et obtenir une fiche d'inscription, consultez le site Internet : www.soccermirabel.com**

# GYM PLUS – Club de gymnastique des Laurentides

**SESSION AUTOMNE 2014**

**Durée : 10 cours – Lieu : École la Croisée-des-Champs, 13705, rue Lacroix, secteur de Saint-Janvier**

Organisme à but non lucratif, le Club existe depuis plus de 30 ans. Les cours de gymnastique du secteur récréatif sont basés sur le circuit régional de la Fédération de Gymnastique du Québec (FGQ).

Une campagne de financement est obligatoire pour tous les inscrits à la session automne 2014. Deux choix s'offrent aux parents :

1. Ajout de 45 $ aux frais d'inscription; de cette façon, vous n'aurez aucun chocolat à vendre.
2. Ou en prenant une mallette de chocolat pour vendre; nous remettre un chèque postdaté au 27 octobre de 90 $ pour couvrir la vente du chocolat.

| Clientèle | Heure | Jour | Coût | Description du cours |
|---|---|---|---|---|
| **Gym Banbin 2-3 ans**<br>« Aide-moi à le faire seul »<br>Durée 45 min. (avec un parent) | 9 h à 9 h 45<br>ou 10 h à 10 h 45 | Dimanche | 70 $ (frais de cours)<br>+ frais supplémentaires* | Travail par éducatifs sous forme de parcours amusants, favorisant le développement moteur. **Le parent assistera le moniteur afin d'aider l'enfant à suivre les différents parcours.** |
| **4-5 ans mixte**<br>Durée 60 min. | 9 h à 10 h<br>ou 10 h à 11 h | Dimanche | 105 $ (frais de cours)<br>+ frais supplémentaires* | Travail par éducatifs sous forme de parcours amusants, favorisant le développement moteur. **Présence interdite du parent.** |
| **Récréatif 6 à 15 ans**<br>Durée 90 min. | 11 h à 12 h 30 | Dimanche | 125 $ (frais de cours)<br>+ frais supplémentaires* | Gymnastique sur des appareils, basée sur le circuit régional québécois. **Présence interdite du parent dans le gymnase.** |

* Frais supplémentaires : Des frais additionnels obligatoires s'ajoutent pour le maillot du club (fille de 4 ans et + : 25 $), l'affiliation à la FGQ (25 $), et la campagne de financement (45 $ ou 90 $). Ces frais ne sont pas remboursables.

**Dates importantes** : La session débute le 21 septembre et se termine le 7 décembre. Il y aura relâche le 12 octobre (Action de Grâce) et le 16 novembre (compétition)

**Inscription : En ligne dès le 16 août 2014, dès 12 h, sur le site Internet de Gym Plus.**
**En personne, le 6 septembre 2014, de 9 h à 12 h, au 95, boul. des Entreprises, à Boisbriand (entrée arrière droite de la bâtisse).**

Politique de remboursement : Un remboursement de 75 % des frais de cours est possible après le 1er cours. Aucun remboursement après le 2e cours.
Étant donné les risques inhérents à la pratique de ce sport, aucun remboursement ne sera fait en cas de blessure.
Des frais de 20 $ seront appliqués pour les chèques sans provision.

**Pour plus de détails : www.gym-plus.ca ou france.lauzon@gym-plus.ca ou 450 965-8609 (France)**

# ANTENNE UNIVERSITAIRE DU TROISIÈME ÂGE

## ATELIERS • COURS • CONFÉRENCES

### PROGRAMMATION AUTOMNE 2014 – FORMULE « AUDITEUR LIBRE »
### COURS DE JOUR POUR LES 50 ANS ET PLUS

UTACN
Université du troisième âge Couronne Nord

**LE MONDE DURANT LA BELLE ÉPOQUE (1900-1918)**

Les mardis matin, du 16 septembre au 4 novembre
À la Maison du citoyen, à Saint-Eustache
Coût : 95 $

**HISTOIRE DE LA PAPAUTÉ 1**

Les jeudis matin, du 18 septembre au 2 octobre
À la Maison du citoyen, à Saint-Eustache
Coût : 45 $

**LA POLITIQUE AMÉRICAINE AU MOYEN ORIENT**

Les mercredis après-midi, du 24 septembre au 15 octobre
À la bibliothèque Guy-Bélisle, à Saint-Eustache
Coût : 60 $

**SURVOL DE L'HISTOIRE DE LA MUSIQUE**

Les lundis après-midi, du 15 septembre au 10 novembre
À la Maison du citoyen, à Boisbriand
Coût : 95 $

**CINÉ-VOYAGES : ASIE ET AMÉRIQUE CENTRALE**

Les mercredis matin, du 17 septembre au 1er octobre
À la Maison du citoyen, à Saint-Eustache
Coût : 45 $

**ART ET SCIENCE DE LA DÉGUSTATION DU VIN**

Les jeudis matin, du 6 au 20 novembre
À la Maison du citoyen, à Saint-Eustache
Coût : 50 $

**AUTOPSIE DE CHEFS-D'ŒUVRE (SÉRIE 2)**

Les mardis matin ou après-midi, du 23 septembre au 11 novembre
À la Maison du citoyen, à Boisbriand
Coût : 95 $

**SANTÉ VOUS BIEN!**

Les mardis matin, du 21 octobre au 4 novembre
Au Centre 50+ Blainville, à Blainville
Coût : 45 $

**PHILOSOPHIE : APPARENCES ET RÉALITÉS**

Les mardis matin, du 16 septembre au 7 octobre
À la bibliothèque Guy-Bélisle, à Saint-Eustache
Coût : 60 $

**LA MATIÈRE : ATOMES ET MOLÉCULES**

Les jeudis après-midi, du 2 octobre au 16 octobre
Au centre culturel du complexe du Val-d'Espoir, secteur de Saint-Janvier, à Mirabel
Coût : 45 $

**POUR APPRÉCIER LES OPÉRAS DU MET**

Les jeudis après-midi, 23 et 30 octobre
À la Maison du citoyen, à Boisbriand
Coût : 35 $

**ATELIER D'ÉCRITURE : J'ÉCRIS MA VIE**

Les lundis 15 septembre et 10 novembre
À la Maison du citoyen, à Saint-Eustache
À la bibliothèque municipale de Sainte-Thérèse en après-midi, ou au Centre communautaire de Rosemère, en matinée.
Coût : 135 $ matin **ou** après-midi

**LES VARIÉ-THÉ DU MERCREDI**

**•Le mystère des momies • Je suis unique au monde**
**•Maurice Richard n'est pas mort**

Les 22 et 29 octobre, et le 5 novembre en après-midi
Le thé sera servi dès 13 h.
À la Maison du citoyen, à Boisbriand, au coût de 45 $ pour la série de 3 conférences.

**LEUR VIE... QUELLES VIES!**

**•Marie Curie •Nicolas II •Émile Zola**

Les jeudis après-midi, du 11 au 25 septembre
À la Maison du citoyen, à Boisbriand, au coût de 45 $ pour la série de 3 conférences.

**Aucun préalable – Aucun examen – Inscription avant le 4 septembre 2014**
Pour renseignements : Ginette Boyer, au 450 473-2031 ou Nicole Côté, au 450 491-0735
**Inscription en ligne au www.usherbrooke.ca/uta/crn**

# PARC RÉGIONAL ÉDUCATIF du BOIS DE BELLE-RIVIÈRE

Le parc régional éducatif du bois de Belle-Rivière est un parc public, facilement accessible à tous les citoyens mirabellois, car il est situé au centre géographique de la Ville de Mirabel. Ce site comprend une grande forêt de 176 hectares, des jardins, ainsi que des aménagements pour des activités familiales extérieures, pour tous les membres de la famille, et ce, 12 mois par année.

PARC RÉGIONAL éducatif
Bois de Belle-Rivière

## ACTIVITÉS OFFERTES À L'ANNÉE

17,4 kilomètres de sentiers de marche en forêt, observation d'oiseaux, randonnées à cheval et tours de poney, rallye nature haute technologie avec GPS et Géoguide (fournis), œuvres d'art en nature (Sentier Art3), cirque nature, visites guidées de mai à octobre sur réservation et location de refuges. **NOUVEAU : 18 paniers de disque-golf!** Le parcous disque-golf est un jeu pour toute la famille.

## ACTIVITÉS ESTIVALES

**Sentiers multisports** qui permettent la pratique de diverses activités telles que le vélo et la course à pied (7 kilomètres)

**Pèche à la truite** (de mai à octobre)

**Location de chapiteaux** pour les fêtes de groupes (familiales ou corporatives)

**Tournoi provincial disque-golf** le 28 juin

**Pataugeoire** les samedis et dimanches, de 10 h à 19 h

**Événement du Sentier Art3** : du 30 juillet au 10 août; le dimanche 3 août, visite guidée et le 10 août, vernissage, de 13 h à 17 h

**Plage publique** du lundi au vendredi, de 10 h à 18 h, et les samedis et dimanches, de 10 h à 19 h

## ACTIVITÉS–ÉVÉNEMENTS AUTOMNAUX

Le vendredi 5 septembre, **méchoui gourmand**, l'expérience gastronomique des Laurentides. Dégustation en continue de viandes rustiques dans un environnement festif! Réservation de billets : 450 258-4924.

**Marche « Les pattes de l'espoir »**, de la Société canadienne du cancer, le dimanche 28 septembre. Pour des renseignements ou pour participer, communiquez avec madame Catherine Trudeau par téléphone, au 450 436-2691 ou par courriel, à ctrudeau@quebec.cancer.qc.ca.

Les 11, 12 et 13 octobre, vous êtes invités à la **« Fête des couleurs »!** Les visiteurs pourront se promener dans la grande érablière, afin d'observer les magnifiques couleurs automnales.

Le samedi 4 octobre, la **grande finale annuelle du « Québec Disc Tour »**.

## ACTIVITÉS HIVERNALES – Sentier de glace et patinoire

Parc de glace comprenant un sentier de glace en forêt d'une longueur de 2,5 kilomètre, idéal pour les sorties de patin en famille.

De plus, une patinoire grandeur réglementaire avec bandes est également accessible pour la pratique du patin sous toutes ses formes, ainsi que pour le hockey.

En plus, les activités régulières telles que le ski de fond, la raquette, la glissade sur tube et la marche en forêt sur sentiers déneigés se poursuivent. Location de refuges rustiques disponible.

## À DÉCOUVRIR

Vous souhaitez découvrir le parc régional éducatif du bois de Belle-Rivière de fond en comble? Des tours guidés sont offerts sur réservation pour les groupes. Vous pourrez découvrir l'histoire du parc, les principales espèces animales et végétales qui s'y trouvent, et bien plus! Renseignements : 450 258-4924, poste 224.

**Tarifs :** **Résidents de Mirabel : gratuit avec preuve d'identité!**

Entrée générale
Adultes : 6 $
Enfants : 2 $ (6 à 16 ans)
Chien : 1 $
Laissez-passer annuels disponibles.

Les tarifs sont sujets à changement sans préavis.

**Heures d'ouverture :**
Ouvert toute l'année, de 9 h 15 à 17 h en semaine, et de 9 h à 17 h, la fin de semaine. De la Fête nationale à la Fête du Travail, de 9 h à 18 h, et de 9 h à 19 h, la fin de semaine.

**Renseignements :**
9009, boul. Arthur-Sauvé, Mirabel
450 258-4924 ou www.boisdebelleriviere.com
info_bbr@b2b2c.ca

# ASSOCIATION DES MAISONS DE JEUNES DE MIRABEL

Le lieu de rencontre idéal pour les 12 à 17 ans, supervisé par une équipe d'intervenants qualifiés ! L'Association des maisons de jeunes de Mirabel, c'est avant tout six endroits pour les adolescents de la région, ainsi qu'un lieu complémentaire à la famille et à l'école. C'est également un endroit de prise en charge, d'accompagnement, de soutien et de référence vers d'autres organismes. C'est aussi un lieu d'écoute, d'expression et de créativité où l'on encourage le jeune à se mettre en action en prenant part à divers projets : implication dans la communauté, sensibilisation, activités sociales et ludiques, etc. Bref, c'est un lieu d'action et d'interaction où la valeur prédominante est le respect. Pour toute question, contactez-nous :

| Secteur | Adresse | Téléphone |
|---|---|---|
| Saint-Augustin | 8503, rue Saint-Jacques | 450 475-7277 |
| Saint-Canut | 9625, boul. de Saint-Canut | 450 565-2585 |
| Saint-Janvier | 13936, boul. du Curé-Labelle | 450 435-8137 |
| Saint-Hermas | 4261, rue Lalande | 450 258-4887 |
| Sainte-Scholastique | 9945, rue de Belle-Rivière | 450 258-1675 |
| Saint-Benoît | 4010, rue Saint-Jean-Baptiste | 450 412-0811 |

**Visitez notre site www.mdjmirabel.ca**
**Allez cliquer « J'aime »**
**sur notre page Facebook :**
**Association des MDJ de Mirabel**

## VOLET TRAM – TRAVAIL DE RUE À MIRABEL

Secteur de Saint-Janvier : 514 926-5493
Secteurs de Saint-Canut et de Saint-Augustin : 450 602-7373

## Administration

Sylvain Fredette, directeur, 450 475-2071;
Geneviève Demers, directrice adjointe, 450 475-2008, poste 4038;
Coordonnateur (nomination à venir), 450 475-2008, poste 4032;
et Guylaine Lesage, adjointe administrative, 450 475-2091.

## Aperçu des activités

Soupers communautaires;
Ateliers d'art et salle de musique;
Jeux de table : billard, ping-pong, « baby foot », etc.;
Aide aux devoirs;
Soirées sportives;
Jeux vidéos et Internet;
Sorties de ski, planche à neige, camping, randonnée, etc.;
Soirées cinéma et nuits vidéo;
Spectacle bénéfice;
Prévention, sensibilisation à diverses problématiques jeunesse;
Et bien plus!!

**VIN ET FROMAGE 2014**

**Le samedi 8 novembre 2014, participez à la soirée Vin et fromage édition 2014, au complexe du Val-d'Espoir, au 17700, rue du Val-d'Espoir, secteur de Saint-Janvier.**

**En collaboration avec le Club optimiste de Saint-Janvier et l'Association des maisons de jeunes de Mirabel.**

**Les profits sont versés aux deux organismes.**

**Viens t'amuser, viens t'impliquer, viens nous proposer tes projets !**

**POUR LES JEUNES DU PÉI OU DU VOLET ALTERNATIF**

**Venez proposer un projet ou nous aider dans diverses tâches! Votre MDJ pourra vous aider dans votre programme communautaire!**

**ACTIVITÉS SPÉCIALES POUR LA JOURNÉE DES MAISONS DE JEUNES DU QUÉBEC**

**Participez au rallye automobile des maisons de jeunes de Mirabel, le samedi 18 octobre 2014.**

**Contactez madame Geneviève Demers au 450 475-2008, poste 4038, pour vous inscrire comme participant, bénévole ou commanditaire du rallye.**

**Projets, commentaires, suggestions**

Le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire est constamment à la recherche de gens dynamiques et de nouvelles idées. Si vous souhaitez mettre sur pied une activité ou une association susceptible d'intéresser vos concitoyens, ou si vous désirez vous impliquer bénévolement dans un comité déjà existant, nous attendons votre appel.

**PARC DU DOMAINE-VERT**
10423, montée Sainte-Marianne, Mirabel (sortie 28, autoroute 15 sud, et sortie 23 de l'autoroute 15 nord)
Renseignements : 450 435-6510, poste 223, ou www.domainevert.com

Le parc du Domaine-Vert est un parc forestier intermunicipal à vocation de plein air, situé en milieu urbain. Les activités qui y sont offertes s'adressent à la famille, aux groupes scolaires et aux entreprises. Plusieurs activités vous y attendent pour la saison automnale et hivernale : randonnée pédestre, vélo, ski de fond, raquette, glissade et patin y sont pratiqués. Boutique de location (skis de fond, raquette et tubes pour glisse). Location de salles et d'un chalet pour toutes les occasions. Les bureaux administratifs sont ouverts de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30, du lundi au vendredi.

**Carte annuelle 2015, dès le 1er novembre 2014**
Gratuit pour les résidents de Mirabel. Inscription en ligne au préalable. Se présenter au nouveau chalet d'accueil. Sur présentation d'une pièce d'identité officielle avec photo, une carte annuelle vous sera remise. Il y aura une prise de photo pour la carte. Il est à noter que les frais pour les activités et les équipements s'appliquent (D'Arbre en Arbre, camp de jour, cours, locations, etc.).

**École de ski de fond du Parc du Domaine Vert**
Surveillez notre site Internet pour connaître la procédure d'inscription et les tarifs.

**D'ARBRE EN ARBRE MIRABEL** (réservation requise)

10423, montée Sainte-Marianne, Mirabel (sortie 28, autoroute 15 sud, et sortie 23 de l'autoroute 15 nord)
Renseignements : 450 433-9773 – www.arbreenarbre.com

C'est de l'hébertisme aérien à la cime des arbres, situé sur le site enchanteur du parc du Domaine-Vert. Un défi à relever en famille. Un circuit d'émotions fortes qui serpente la forêt. Venez explorer la beauté et la diversité de nos aménagements. Accédez à la cime des arbres en expérimentant nos tyroliennes, en grimpant dans les filets, en exécutant le saut de tarzan...

Une centaine de défis à relever selon votre forme physique ! Vivez un dépassement personnel sous la supervision de patrouilleurs formés et accrédités pour votre sécurité. Pour vous donner un avant-goût, visionnez notre vidéo en ligne.

Réservations requises. Ouvert à l'année.

**MAISON DE LA FAMILLE DE MIRABEL**
**Un parent informé permet à son jeune enfant ou son adolescent d'être mieux outillé!**
15093, rue Saint-Augustin, Mirabel – Renseignements : 450 475-0155
**info.mdfm@videotron.ca**

Vous êtes à la recherche d'activités à faire en famille? Vous avez besoin de conseils et d''outils pour améliorer vos relations et renforcer vos liens familiaux? La Maison de la famille offre une milieu de vie qui répond à ces besoins.

**Atelier « Son des gamins »** les mercredi, du 8 octobre au 26 novembre inclusivement, de 9 h 30 à 11 h.

**Atelier langage des signes** le 25 novembre, de 9 h 30 à 11 h 30.

**Atelier massage bébé/enfant** le 7 octobre, de 10 h à 11 h 15.

**Atelier « Bébé Litou »** (pour les 12 à 36 mois), les vendredis, du 3 au 31 octobre, de 10 h à 11 h.

**Atelier « Bébé s'éveille 1 »** (pour les 2 à 8 mois), les mardis 28 octobre, 4, 11 et 18 novembre, de 9 h 30 à 11 h.

**Atelier « Couponing »** débutant le 1er octobre, de 9 h 30 à 11 h.

**Rencontres prénatales** débutant en septembre.

**Atelier « Troc-Tes-Trucs »** les 28 septembre et 7 décembre, de 13 h à 16 h.

**Atelier de purées de bébé** le 21 octobre, de 9 h à 15 h.

**« Bonne Boîte Bonne Bouffe »** reprend ses livraisons le 28 août.

**Cuisine collective** à Saint-Benoît, Sainte-Scholastique et Sain-Janvier.

**Halte garderie « La Mirabelline »** vous offre un répit, les mardis et les mercredis. Des frais d'inscription de 25 $ sont exigés. Coût de 7 $ par jour.

**Conférences de Robert Darche** les 22 et 29 octobre, et le 26 novembre.

**Formation « Parent guide, parent complice (PGPC) »** à venir.

**Formation RCR/DEA** le 8 novembre, de 9 h 30 à 14 h.

**Soirée « Dégustation bières et saucisses »** pour levée de fond, en avril (à déterminer).

**Dépouillement d'arbre de Noël** le 29 novembre, de 10 h à 12 h.

Devenez membre de la Maison de la famille gratuitement en remplissant le formulaire sur notre site Internet, et restez informé de nos activités!

Suivez-nous sur Facebook : www.facebook.com/mfdemirabel, ou consultez notre site Internet : www.mfdemirabel.com

**30 ANS DÉJÀ!**

Depuis déjà 30 ans, le Club équestre de Mirabel Inc. fait la promotion des sports équestres, assure l'entretien des sentiers équestres, leur pérennité et les droits de passage de ceux-ci, afin que tous les cavaliers membres puissent profiter des quelques 200 kilomètres de sentiers en toute sécurité, dans le respect de l'environnement et du développement durable.

Les sports équestres sont d'excellentes activités physiques et rallient des gens de tous âges et de toutes conditions sociales. Un réseau de sentiers équestres aussi vaste, balisé et sécuritaire, constitue une particularité et un réel joyau pour la région de Mirabel.

**Marc Larochelle, président. Renseignements et inscription : 514 724-9019 ou www.clubequestredemirabel.com**

# LES PARCS

## Secteur de Saint-Augustin

**Parc du complexe Jean-Laurin**
8005, rue Saint-Jacques (terrains de balle et soccer, jeux pour enfants de 2 à 12 ans, parc de sauts)
**Parc de la Marelle**
Rue Diane (jeux pour enfants de 2 à 5 ans)
**Parc Binette**
Angle des rues Saint-Jacques et Jean-Maurice (jeux pour enfants de 2 à 12 ans, jeux d'eau)
**Parc Rochon**
15325, rue Saint-Joseph (terrain de balle, 2 terrains de tennis, jeux pour enfants de 2 à 5 ans)
**Parc Charlebel**
8265, rue du Petit-Saint-Charles (jeux pour enfants de 2 à 12 ans, patinoire permanente)
**Parc-école Prés-Fleuris**
15074, rue de Saint-Augustin (jeux pour enfants de 2 à 12 ans)
**Parc-école La Clé-des-Champs**
14700, rue Jean-Simon (jeux pour enfants de 5 à 12 ans)
**Parc Lucien-Meilleur**
Lac Meilleur (jeux pour enfants de 2 à 12 ans)
**Parc Léopold-Guilbault**
Rue du Boisé (jeux pour enfants de 2 à 12 ans)
**Parc Pablo-Picasso**
Accès rue Henri-Julien et rue des Saules (jeux pour enfants de 2 à 12 ans, 2 terrains de tennis, patinoire permanente, basketball, jeux d'eau)
**Parc Raymond-Fortier**
Rue Jacques-Labrecque (jeux pour enfants de 2 à 5 ans)

## Secteur de Saint-Antoine

**Parc Guay**
16045, rang Sainte-Marguerite (jeux pour enfants de 2 à 5 ans)
**Parc du Puits**
Rue de l'Eau-Vive (jeux pour enfants de 2 à 5 ans)

## Secteur de Saint-Benoît

**Parc Masson**
8974, rue Saint-Étienne (terrain de balle)
**Parc-école Girouard**
9030, rue Dumouchel (jeux pour enfants de 5 à 12 ans, terrain de soccer, patinoire permanente)
**Centre culturel René-Laurin**
9156, rue Sainte-Madeleine (2 terrains de tennis)
**Parc Louis-Joseph-Fauteux**
Rue Lafontaine (jeux pour enfants de 2 à 12 ans)
**Parc Émilie-Berthelot**
(bancs et sentier)

## Secteur de Saint-Hermas

**Parc Pager**
4405, route Arthur-Sauvé (jeux pour enfants de 2 à 12 ans, terrains de tennis et de soccer, parc de sauts)
**Parc-école Saint-Hermas**
4261, rue Lalande (jeux pour enfants de 5 à 12 ans)

## Secteur de Saint-Janvier

**Parc Cardinal**
17597, rue Victor (terrains de balle et de soccer synthétique, 6 terrains de tennis, jeux d'eau, jeux pour enfants de 2 à 12 ans)
**Centre culturel Joseph-Savard**
13908, boul. du Curé-Labelle (parc de sauts)
**Parc Lacroix**
Angle des rues Lacroix et Denis (terrain de basketball, jeux pour enfants de 2 à 12 ans, patinoire permanente, terrains de pétanque, jeux d'eau)
**Parc Saint-Malo**
Rue de la Bourgogne (jeux pour enfants de 2 à 12 ans)
**Parc Vermette**
13750, rue Berthiaume (jeux pour enfants de 5 à 12 ans)
**Parc-école à l'Unisson**
13300, rue Paul-VI (jeux pour enfants de 5 à 12 ans)
**Parc de la Loire**
17199, rue Provost (jeux pour enfants de 2 à 12 ans, jeux d'eau)
**Parc-école aux Quatre-Vents**
13815, rue Therrien (jeux pour enfants de 2 à 12 ans)
**Parc Agathe-Lessard**
Rue de la Paix (jeux pour enfants de 2 à 12 ans)
**Parc Taschereau**
Rue Louis-Joseph-Papineau (jeux pour enfants de 2 à 12 ans)

# LES PARCS (suite)

## Secteur de Saint-Janvier (suite)

**Parc de la Mousson**
(jeux pour enfants de 2 à 12 ans)
**Parc Joseph-Adélard Godbout**
(jeux pour enfants de 2 à 12 ans)
**Parc de la Rochelle**
Rue de la Bretagne
(bancs et sentier)

## Secteur de Saint-Canut

**Parc Gingras**
9976, boul. de Saint-Canut et rue des Hirondelles
(terrains de balle et soccer, jeux d'eau, jeux pour enfants de 5 à 12 ans)
**Parc Leblanc**
Accès rue Leblanc et rue Loranger
(jeux pour enfants de 2 à 12 ans)
**Parc-école Sainte-Anne**
9984, boul. de Saint-Canut (jeux pour enfants de 5 à 12 ans, terrain de basketball)
**Parc de la Rocaille**
Rue Latreille
(jeux pour enfants de 2 à 12 ans)
**Parc du Granite**
Accès rue Aldège-Bélisle et rue Philippon
(jeux pour enfants de 2 à 5 ans)
**Parc du Graphite**
Rue des Sitelles
(jeux pour enfants de 2 à 5 ans)
**Parc du Calcaire**
Accès rue des Colibris et rue des Chardonnerets
(jeux pour enfants de 2 à 5 ans)
**Parc de la Silice**
Rue Henri-Joly
(jeux pour enfants de 2 à 5 ans**)**
**Parc du Marbre**
Accès rue du Maquignon et rue du Maréchal-Ferrant
(jeux pour enfants de 2 à 5 ans)
**Parc du Mica**
Rue du Sellier et Place du Meunier
(jeux pour enfants de 2 à 12 ans)
**Parc Rita-Audet**
Boulevard Saint-Canut
(parc de sauts)
**Parc Victor-Lapointe**
(4 terrains de tennis et 1 terrain de soccer)

## Secteur de Mirabel-en-Haut

**Parc du Versant**
Angle des rues de l'Esplanade et de l'Émeraude
(jeux pour enfants de 2 à 5 ans)
**Parc du Ruisseau**, 11630, rue de la Randonnée
**Parc de la Montagne**, 16655, rue des Quatre-Saisons
(jeux pour enfants de 2 à 12 ans, patinoire extérieure permanente, 2 terrains de tennis, parc de sauts, jeux d'eau)

## Secteur de Sainte-Monique

**Parc Augustin-Desjardins**
14111, rue Saint-Jean
(terrain de tennis, jeux pour enfants de 2 à 5 ans)

## Secteur de Sainte-Scholastique

**Parc Lacombe**
10170, rue Saint-Vincent (terrain de balle, terrain de soccer, 2 terrains de tennis, jeux pour enfants de 2 à 12 ans)
**Parc-école Sainte-Scholastique**
9290, rue Saint-Jean-Baptiste (jeux pour enfants de 5 à 12 ans, parc de sauts, terrain de soccer)
**Parc Léveillé, 9380**, côte des Saints
**Parc de l'édifice Landry** (jeux de pétanque)

## Secteur du Domaine-Vert Nord

**Parc Jacques-Beauchamp**
Accès rue Aurèle-Joliat et rue Notre-Dame (jeux pour enfants de 2 à 12 ans, 2 terrains de tennis, patinoire permanente, basketball, jeux d'eau)
**Parc des Intendants**
17525, rue Jacques-Cartier (terrain soccer/football synthétique)
**Parc Victor-Delamarre**
Rue Louis-Cyr
**Parc René-Lecavalier**
Accès rue Jean-Rougeau (jeux pour enfants de 2 à 5 ans)
**Parc André-Mathieu**
Rue Pierre-Mercure (jeux pour enfants de 2 à 5 ans)

## Secteur du Domaine-Vert Sud

**Parc des Champions**
17475, rue du Grand-Prix (2 terrains de tennis, jeux pour enfants de 2 à 12 ans, patinoire permanente, basketball, jeux d'eau et terrain mini-soccer)
**Parc du Plateau**
Croissant rue des Sports, côté ouest
(jeux pour enfants de 2 à 5 ans)
**Parc du Javelot**
Rue des Sports, côté est (jeux pour enfants de 2 à 5 ans)
**Parc du Rallye**, 10820, rue du Plein-Air
**Parc des Athlètes**, 17340, rue du Grand-Prix
**Parc de la Coulée**
Rue de la Natation (jeux pour enfants de 2 à 5 ans)

# SITES DES ACTIVITÉS

## SECTEUR DE SAINT-AUGUSTIN

**Centre culturel du complexe Jean-Laurin**
8475, rue Saint-Jacques - 450 475-6075

**Aréna du complexe Jean-Laurin**
8505, rue Saint-Jacques - 450 475-2044

**Centre de l'Harmonie**
8469, rue Saint-Jacques

**École Prés-Fleuris (gymnase)**
15074, rue de Saint-Augustin

**École la Clé-des-Champs (gymnase)**
14700, rue Jean-Simon

## SECTEUR DE SAINT-JANVIER

**Centre culturel Joseph-Savard**
et local du Cercle de fermières de Saint-Janvier
13908, boulevard du Curé-Labelle

**Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir**
17700, rue du Val-d'Espoir - 450 971-1811

**Aréna du complexe du Val-d'Espoir**
17750, rue du Val-d'Espoir - 450 971-5200

**Édifice Évelina-Ouellette**
13816, rue de l'Église

**École de la Croisée-des-Champs (gymnase)**
13705, rue Lacroix

**École aux Quatre-Vents (gymnase)**
13815, rue Therrien
(entrée par la cour arrière)

**École à l'Unisson (gymnase)**
13300, rue Paul-VI

**École secondaire Mirabel**
17777, rue du Val-d'Espoir

## SECTEUR DE SAINT-HERMAS

**Centre culturel Honorius-Lafond**
4305, rue Lalande

**Centre communautaire**
4261, rue Lalande

## SECTEUR DE SAINTE-SCHOLASTIQUE

**Centre culturel (édifice Landry)**
9945, rue de Belle-Rivière

**École Sainte-Scholastique (gymnase)**
9290, côte des Saints

## SECTEUR DE SAINT-BENOÎT

**Centre culturel René-Laurin**
9156, rue Sainte-Madeleine

**École Girouard (gymnase)**
9030, rue Dumouchel

## SECTEUR DE SAINT-CANUT

**Centre culturel Patrick-Lepage**
9950, boulevard de Saint-Canut

**École Sainte-Anne (gymnase)**
9984, boulevard de Saint-Canut

**Aréna de Saint-Canut**
15005, rue Dupuis - 450 438-8624

## SECTEUR DE MIRABEL-EN-HAUT

**École Mer-et-Monde**
16905, rue de l'Ambre

**Parc de la Montagne**
16655, rue des Quatre-Saisons

## SECTEUR DU DOMAINE-VERT SUD

**Parc des Champions**
17475, rue du Grand-Prix

## SECTEUR DU DOMAINE-VERT NORD

**Parc Jacques-Beauchamp**
17675, rue Notre-Dame

**Parc des Intendants**
(entrée par la rue Jacques-Cartier)

## PARC RÉGIONAL ÉDUCATIF DU BOIS DE BELLE-RIVIÈRE

9909, route Arthur-Sauvé

## PARC DU DOMAINE-VERT

10423, montée Sainte-Marianne

# LISTE DES COMITÉS ET ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES (suite)

## Comités sport et plein air

**Association de soccer FC Challenger**
Richard Pageau, président
**450 475-2062**

**Association du baseball mineur de Mirabel**
René Ouimet, président
**450 979-4033**

**Association du hockey féminin des Laurentides**
Nathalie Soucy, présidente
**450 971-4927**

**Association du hockey sur glace de Mirabel**
Éric Turpin, président
**450 419-4446**

**Association régionale de football Les Lions Laurentides-Lanaudière**
Jocelyn Lirette, délégué
**joclirette@gmail.com**

**Association de ringuette de Blainville, Mirabel et Sainte-Thérèse**
Jean-Pierre Dubé, président
**514 885-3254**

**Parc régional éducatif du bois de Belle-Rivière**
Stéphane Michaud, directeur
**450 258-4924**

**Club de patinage artistique Unibel**
Marie Chantal Tremblay, présidente
**450 475-2060**

**Club de patinage de vitesse de Mirabel**
Martin Vallée, président
**450 939-2774**

**Club d'ornithologie de Mirabel**
Normande Lapensée, présidente
**450 472-5676**

**Club équestre de Mirabel**
Luc Cousineau, président
**514 724-9019**

**Comité de tennis Mirabel**
Yves Dériger, président
**450 434-9426**

**Gym Plus**
Valérie Turp, responsable
**450 965-8609**

**Matrix Cheerleading Allstars**
Julie Ouellette
**514 730-7242**

**Parc du Domaine-Vert**
Renseignements
**450 435-6510**

**Pétanque Mirabel**
Guy Huneault
**450 434-2521**

**Parc linéaire le P'tit Train du Nord**
**1 800-561-6673**

**Tournoi provincial de hockey novice et junior de Mirabel**
Bureau Hockey Mirabel
**450 475-2061**

## Cercle de fermières

**Cercle de fermières de Saint-Augustin**
Lise Laplante, présidente, **450 475-1043** cfqstaugustin@gmail.com
**Site Internet : www.cfqstaugustin.com**
Centre de l'Harmonie
- Le 2e mercredi du mois : assemblée mensuelle débutant le 10 septembre
- Les mardis, de 13 h à 16 h : rencontres
- Whist millitaire, le 17 octobre
- Souper des Fêtes, le 3 décembre
- Collecte de sang, le 8 décembre

**Cercle de fermières de Saint-Benoît**
Marlène Vallée, présidente, **450 562-3618** cfq1616@hotmail.com
Centre culturel René-Laurin
- Le 2e mardi du mois : assemblée mensuelle
- Le 4e mardi du mois : ateliers dirigés
- Souper spaghetti, le 14 octobre, de 17 h 30 à 19 h 30
- Clinique de sang, le 22 octobre

**Cercle de fermières de Saint-Canut**
Marie-Rose Soucy, présidente, **450 436-1370** marie-rosesoucy@hotmail.com
Centre culturel Patrick-Lepage (accès par la porte arrière du centre)
- Le 2e mercredi du mois : assemblée mensuelle
- Atelier libre tous les mardis et mercredis, de 10 h à 16 h
  Réunion de la Fédération 16, le 27 août
- Vente de Noël, le 16 décembre

**Cercle de fermières de Saint-Janvier**
Danielle Veilleux, présidente, **450 939-0902**
grandmamanveilleux@videotron.ca
Centre culturel Joseph-Savard
- Le 2e mardi du mois : assemblée mensuelle, à 19 h
- Tous les lundis du mois : artisanat libre, de 13 h à 16 h
- Tous les mercredis du mois : ateliers avec thème, de 13 h à 16 h

## Comptoirs d'entraide

**Secteur de Saint-Augustin**
**450 475-7609**

**Secteur de Saint-Canut**
**450 530-7094**

**Secteur de Saint-Janvier**
**450 434-4037**

**Secteur de Sainte-Scholastique**
**450 258-3686**

## Clubs de l'âge d'or

**Club de l'âge d'or de Saint-Augustin**
Ghislaine Vermette, présidente, **450 475-6259**
Centre de l'Harmonie
- Les mercredis, débutant en septembre, de 13 h à 16 h : cartes
- Le 3e jeudi du mois : bingo
- Les jeudis, de 19 h à 21 h : pétanque

Centre culturel du complexe Jean-Laurin
- Dîner de la Sainte-Catherine, le 12 novembre
- Souper des Fêtes, le 22 novembre, musique avec Angèle

**Club de l'âge d'or de Saint-Benoît**
Jacqueline Cardinal, présidente, **450 258-4330**
Chalet du Ruisseau
- Soirée de danse, le 25 octobre, à 19 h, musique avec Angèle
- Souper des Fêtes Interclub, le 15 novembre, à 18 h, musique avec Angèle
- Dîner des quilleurs, le 7 décembre, à 12 h, suivi de musique avec Angèle

## Clubs de l'âge d'or (suite)

**Le bonheur de vivre de Saint-Canut**
Serge Fecteau, président, **450 560-9163**
Centre culturel Patrick-Lepage
- Tous les jeudis, à 13 h, à Saint-Janvier : petites quilles (renseignements : Martin Gilbert, au 450 475-0046)
- Jeux de pétanque, baseball-poches, fers, etc., + épluchette de blé-d'Inde (avec hot-dog, café et dessert), le 2 septembre, dès 13 h
- Les mardis, du 9 septembre au 2 décembre, de 13 h à 16 h : danse et jeux de cartes
- Baseball-poches, à 13 h, tournoi de pétanque, à 15 h, les 9 septembre et 11 novembre, se terminant en soirée
- Jeux de pétanque et baseball-poches, les 16, 23 et 30 septembre, les 14, 21 et 28 octobre, le 4 et 25 novembre, ainsi que le 2 décembre, de 13 h à 16 h
- Olympiade de chiens, les 16 septembre, 4 novembre et 2 décembre, à 19 h
- Poker avec jetons, le 23 septembre, à 19 h
- Whist militaire, les 30 septembre, 28 octobre et 25 novembre, à 19 h
- Pétanque, à 13 h, et tournoi de baseball-poches, à 15 h, les 7 octobre et 18 novembre, se terminant en soirée
- Bingo spécial et cadeaux en soirée, le 14 octobre, 19 h
- Shuffle Board (jeu de palet américain), le 21 octobre, à 19 h
- Souper des Fêtes et danse (J.-A. Gamache), le 9 décembre, à 17 h

**Club de l'âge d'or de Saint-Janvier**
Jean-Pierre Paiement, président, **450 435-3455**
Madeleine Larose, vice-présidente, **450 435-4969**
Centre Evelina-Ouellette
- Les lundis, à 13 h : baseball-poches, et à 19 h : pétanque
- Les mercredis, à 13 h : pétanque
- Le 3e mercredi du mois : dîner communautaire et bingo
- Le 2e vendredi du mois, à 19 h : Whist militaire
- Tous les jeudis, débutant le 11 septembre : cours de danse en ligne (5 $), avec Michel et Nicole Bernier. Niveau débutant, de 13 h 30 à 14 h 30, et de 18 h 30 à 19 h 30. Niveau inter-avancé, de 14 h 45 à 15 h 45, et de 19 h 45 à 20 h 45

Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir
- Soirée de danse et épluchette de blé-d'Inde, le 3 septembre, à 19 h, avec Michel et Nicole Bernier
- Soirée de danse, le 18 octobre, à 19 h, avec Michel et Nicole Bernier
- Noël des membres et danse avec Michel et Nicole Bernier, le 17 décembre, à 19 h

**Les Aînés de Sainte-Scholastique**
Lucien Normandeau, président, **450 258-2095**
Édifice Landry
- Les mardis, de 18 h 30 à 21 h 30 : pétanque et jeux de cartes
  Gratuité à tous les gens âgés de 55 ans et +

## Comités communautaires et culturels

**Alcooliques anonymes et Al-Anon**
Centre culturel du complexe Jean-Laurin
les mardis, à 19 h
Centre culturel Joseph-Savard
les lundis, à 20 h, et les vendredis et samedis, à 11 h 45

**Alcooliques anonymes, groupe AA 12 à 35 ans**
Centre culturel Joseph-Savard
- les jeudis, à 20 h, les vendredis et samedis, à 11 h 45

**Association des maisons de jeunes de Mirabel**
Sylvain Fredette, directeur, **450 475-2071**

**Centre des femmes Liber'Elles**
**450 594-0556**
Un lieu d'accueil, d'écoute et de référence

## Comités communautaires et culturels (suite)

**Chevaliers de Colomb de Saint-Augustin**
Marcel Caya, **450 473-9108** leroux.j@videotron.ca
Complexe Jean-Laurin (en haut de l'aréna)
- Rencontre 2e lundi du mois, à 19 h 30, de septembre à juin
- Assemblée Frère-André, le 24 novembre, souper spaghetti, le 9 novembre, La guignolée, au sous-sol de l'église, le 6 décembre, collecte de sang, le 8 décembre

**Chevaliers de Colomb de Saint-Janvier**
Jean Williamson, Grand Chevalier **450 971-4920**
**jeanwilliamson60@gmail.com**
- 1er et 3e mercredi du mois, à 19 h 30 : assemblée générale de l'exécutif

Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir
- Souper spaghetti de la paroisse, le 19 octobre, à 16 h, souper spaghetti, le 16 novembre, à 16 h, souper Méritas 4e degré, le 29 novembre, à 18 h, et clinique sang, le 10 décembre, à 14 h

**Chorale La clé des chants de Mirabel**
Pierre-Yves Éthier, directeur, **450 475-6158**
Centre culturel du complexe Jean-Laurin
- Rencontres tous les lundis (de septembre à mai)

**Concert « Le monde où je vais » sera présenté :**
À l'église Notre-Dame de l'Assomption, à Blainville, à 19 h 30, le 25 octobre
À l'église de Saint-Eustache, à 20 h, le 1er novembre
À l'église de Sainte-Scholastique, à 14 h, le 15 février 2015

**Chorale La Joie de Vivre**
Manon Dinel, **450 258-3993**

**Club d'astronomie Mira** **astromira.ca**
Alain Marcotte, président, **450 436-4742**
Pedro Borquez, vice-président, **450 432-8827** pborquez@gmail.com
9529, rue de Belle-Rivière
- Tous les dimanches, à 20 h

**Club Optimiste de Saint-Augustin**
Martin Charbonneau, président, **450 475-0138**
**cluboptimiste.staugustin@hotmail.com**
Complexe Jean-Laurin (en haut de l'aréna)
- Tous les 2 lundis, à 19 h 30 : rencontres
- Opti-film, les 12 septembre, 3 octobre, 14 novembre et 19 décembre, à 19 h,disco, le 19 septembre et le 12 décembre, à 19 h, tournoi de golf, le 27 septembre, et distribution de bonbons, le 31 octobre

**Club Optimiste de Saint-Janvier**
Joanne Leblanc, présidente **450 434-9793** **www.cluboptimistestjanvier.ca**
Centre culturel Joseph-Savard
- Le 1er dimanche du mois : déjeuner, à 9 h
- Le 3e lundi du mois : café-rencontre, à 19 h
- Tous les soirs, à 19 h : bingo aux Galeries des Laurentides
- Club Octogone, les H.D. Saint-Janvier/Mirabel (pour les 12 à 17 ans)
- Troupe de chant (pour les 12 à 17 ans)

Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir
- Souper – Remise des pouvoirs, le 28 septembre, à 18 h
- Vin et fromage, le 8 novembre, à 18 h
- Dîner des démunis (en collaboration avec la Fraternité des policiers), le 20 décembre

## Comités communautaires et culturels (suite)

**Club Optimiste de Saint-Benoît**
Geneviève Parent-Brazeau, présidente, **450 258-4260**
**club_optimiste_st-benoit@hotmail.com**
Centre culturel René-Laurin
- Rencontre mensuelle, à 20 h
- Le 4e vendredi du mois, à 18 h 30 : Opti-film
- Fête Opti-Famille, à l'école Girouard, le 23 août
- Défilé de Noël (consulter la page Facebook)

**Club Optimiste de Saint-Canut**
Mario Foisy, président, **450 412-2190**
Christine Fortin, secrétaire, **450 675-4941**
**krystine64@hotmail.com**
Centre culturel Patrick-Lepage
- Le 3e mardi du mois : assemblée du club
- Le 2e dimanche du mois : déjeuner, à 9 h
- Un vendredi par mois : disco ou film
- Dépouillement de Noël, le 14 décembre

**Comité des arts de Saint-Benoît**
Patricia Lallemant, **450 258-2183**
Renseignements : **p.lallemant1@gmail.com**

**Comité des artistes peintres de Mirabel**
Service des loisirs, **450 475-2041**
**www.expoconcertmirabel.ca**

**Dépendants affectifs anonymes (D.A.A.)**
**514 990-4744** **www.daa-quebec.org**
Centre Joseph-Savard
- Tous les mardis, à 18 h 30

**Les Fléchés authentiques de Mirabec**
Cours de fléché : enseignement de la technique au doigt. Série de 6 cours de formation de 4 heures. Pour renseignements :
Thérèse Lapierre, **450 435-4592** atlapierre@videotron.ca

**Maison de la famille**
Anick Lorrain, directrice, **450 475-0155**

**Ménétriers d'antan**
Roger Brunet, président **514 823-5583**
Complexe du Val-d'Espoir
- Tous les mercredis, de 19 h à 21 h 30 (du 17 septembre au 17 décembre)

**Parents secours**
Claire Bellemare, **450 475-8297**
claire.bellemare@hotmail.com

## Comités des loisirs et des parcs

**Comité de loisirs Charlebel**
Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire **450 475-8656**

**Comité de loisirs du Lac des Pins**
Suzanne Aubin, présidente, **450 475-7629** Facebook : association lac des pins
- Épluchette de blé d'Inde et bazar, le 16 août, dès 13 h 30

**Comité de loisirs Jacques-Beauchamp**
René Vachon, président
jacques-beauchamp@hotmail.com www.facebook.com/parcjb

**Comité de loisirs Mirabel-en-Haut**
Nathalie Mercier, présidente, **450 431-9043**
parcdelamontagne@gmail.com Facebook : Parc de la montagne

**Comité du parc Pablo-Picasso**
Émilie Derganc, présidente, **514 793-2435** emiliederganc@hotmail.com
Facebook : Parc Pablo-Picasso
- Épluchette de blé d'Inde, le 23 août (remis au 24 en cas de pluie)

## Comités des loisirs et des parcs (suite)

**Comité de loisirs Parc des Champions**
Marie-Chantal Brien, présidente, **514 946-0332**
mcbrien1976@hotmail.com Facebook : Domaine Vert-Sud

**Comité de loisirs Saint-Antoine**
Jean-Guy Lauzon, **450 432-4628**

**Comité de loisirs Saint-Augustin**
Claude Stephenson, président, **450 475-7609**

**Comité du parc de l'Écluse**
Chantal Bélanger, présidente, **450 565-4373**
cbelanger222@msn.com

**Comité du parc Raymond-Fortier**
Marie-Claude Dargis, présidente, **450 475-8282**
mcdargis@hotmail.com Facebook : Parc Raymond-Fortier

**Comité de loisirs Saint-Benoît**
Georgette Loyer, présidente, **450 258-2963**

**Comité de loisirs Saint-Canut**
Nancy Kingsley, présidente, **450 475-8656**
loisirs.stcanut@gmail.ca Facebook : Loisirs St-Canut
- Fête familiale et vente de débarras, le 6 septembre

**Comité de loisirs Parc de la Loire**
Marie-Claude Bernier, présidente, **450 435-5700**
Éric De La Sablonnière, vice-président, **450 435-5700**

**Comité de loisirs Parc Lacroix**
Claude Forest, président, **450 430-3309**
brise@sympatico.ca

**Comité de loisirs Saint-Hermas**
Lyse Legault, présidente, **450 258-4958**
lyse.legault@sympatico.ca

**Comité de loisirs Sainte-Monique**
Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, **450 475-2041**

**Comité de loisirs Sainte-Scholastique**
Marie-Soleil English, présidente **450 258-1134** (boîte vocale), ou **450 475-8656**
loisirs.stescho@live.ca Facebook : comité de loisirs Sainte-Scholastique 2014
- Fête de l'Halloween, le 24 octobre
- Fête de Noël, le 13 décembre

**Comité de loisirs Parc Cardinal**
Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, **450 475-2041**
parc.cardinal@hotmail.ca

**Association des propriétaires du Lac Meilleur**
Linda Lavoie, présidente, **450 258-3686**

# TABLE DES MATIÈRES

## TABLEAUX DES ACTIVITÉS


Aéro zumba ....p. 14
Anglais ....p. 14
Ateliers d'un jour ....p. 14-15
Aventuriers (Les p'tits) ....p. 15
Badminton libre ....p. 15
Bouts de chou ....p. 15
Cardio (divers styles) ....p. 16
Cirque ....p. 17
Comédie musicale ....p. 17
Confection de cadeaux gourmands ....p. 17
Courtepointe ....p. 17
Danse baladi ....p. 17
Danse créative/« Les petits pas du bonheur » ....p. 17-18
Danse en ligne ....p. 18
Danse gitane ....p. 18
Danse hip hop jeunes ....p. 18
Danse jazz moderne et urbain ....p. 19
Danse salsa ....p. 19
Danse théâtre ....p. 19
Dessin ....p. 19
Escrime ....p. 19
Espagnol ....p. 20
Fourmis dégourdies ....p. 20
Gardiens avertis ....p. 20
« Globetrotters » (Les) ....p. 21
Golf (à l'intérieur) ....p. 21
Guitare accoustique ....p. 21
Hockey cosom libre ....p. 21
Hockey libre sur glace ....p. 21
Judo ....p. 22-23
Ju-jitsu ....p. 23
« Kangoo jumps » ....p. 23
Karaté ....p. 24
Marmitons (Les) ....p. 25
Patinage pour bouts de chou ....p. 25
Patinage libre 50 ans et + ....p. 25
Patinage familial libre ....p. 25
Patinage libre ....p. 25
Peinture ....p. 26-27
Photographie ....p. 27
Pickleball libre ....p. 28
Pilates ....p. 28
Respiration et relaxation ....p. 28
Secouristes avertis ....p. 28
Stretching ....p. 28
« Stretch » Yoga ....p. 28
Tai-chi (multiniveaux) ....p. 28
Touche-à-tout ....p. 29
Tour du monde de Karibou (Le) ....p. 29
Vins 1 et 2 (À la découverte des) ....p. 29
Volleyball libre ....p. 30
Yoga maman-bébé ....p. 30
Yoga multiniveaux ....p. 30
Yoga prénatal ....p. 30
Zumba ....p. 30-31
« Zumbatomic » ....p. 31
Zumba « Gold » ....p. 31


## ASSOCIATIONS SPORTIVES


Club de patinage artistique Unibel ....p. 3
Hockey Mirabel ....p. 3
Club de patinage de vitesse de Mirabel ....p. 3
Association hockey féminin des Laurentides ....p. 3
Ringuette Blainville ....p. 3
Soccer FC Challenger ....p. 32
Gym Plus ....p. 32
Club équestre de Mirabel ....p. 36


## DIVERS


Renseignements généraux ....p. 4-5
Événements culturels ....p. 6-7
Bibliothèque de Mirabel ....p. 8 à 13
Université du troisième âge ....p. 33
Parc régional éducatif du bois de Belle-Rivière ....p. 34
Maison des jeunes de Mirabel ....p. 35
Parc du Domaine-Vert ....p. 36
Maison de la famille de Mirabel ....p. 36
Liste des parcs ....p. 37-38
Sites des activités ....p. 39
Liste des comités et activités communautaires ....p. 40 à 42

# LE SERVICE DES LOISIRS, DE LA CULTURE ET DE LA VIE COMMUNAUTAIRE

**COMMENT NOUS JOINDRE ?**

**Réception : Chantal Laframboise, 450 475-8656 - c.laframboise@ville.mirabel.qc.ca**

**Réservation des salles : Ginette Handfield, 450 475-2046 - g.handfield@ville.mirabel.qc.ca**

**Réservation des gymnases : Francine Bélanger, 450 475-8656 - f.belanger@ville.mirabel.qc.ca**

**Adresse de courriel générale : service.loisirs@ville.mirabel.qc.ca**

La programmation du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire est publiée par le Service des communications de la Ville de Mirabel et distribuée gratuitement dans tous les foyers mirabellois.

Production : **Service des communications**
Conception et réalisation graphique : **Créations Gamma**
Impression : **Groupe PLB Graphique**
Distribution : **Blainville Deux-Montagnes**

Renseignements :
**Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire**
Ville de Mirabel
8515, rue Saint-Jacques
Mirabel (Québec) J7N 2A3
Téléphone : **450 475-8656**
Télécopieur : **450 475-7862**

Dépôt légal : Bibliothèque nationale du Québec
Tirage : 18 000 exemplaires

Imprimé sur du papier recyclé